إدارة مؤسّسة الزواج

"مستشار الأزواج الحاليين والمستقبليين"

أ. د سَمِير الشَّاعِر

أستاذ جامعي وخبير مالي إداري وشرعي

2021م – 1442هـ

الإهداء

لكل راغب في جبر كسر في حياته الأسرية
أو مستفيد بدفع الضُر عن أسرته.

الشكر

للفريق المستشار بطبيعة الكتاب ومادته

1. القاضي الشرعي الشيخ الدكتور يونس عبد الرزاق/ لبنان
2. المستشارة الأسرية السيدة فيروز العشي/ أمريكا - لبنان
3. السيدة محاسن دفتر دار وصاحباتها القديرات/ البحرين

والشكر الخاص

أسجله لكل من
الأخ العزيز الدكتور أنور مصباح سوبره
والحاجة هند عجوز مدير إذاعة القرأن الكريم
لوقتهما في تدقيق الكتاب وتشكيل كلماته

الفهرس

قصة 45 سنة زواج

فريدة ونادر زوجان ربَّيَا سبعة من الأبناء (ذكورًا وإناثًا) حتى تخرّجوا في الجامعات بالاختصاصات المختلفة، وكان أبناؤهما من المبرِّزين فحازوا المناصب المتميزة في العديد من بقاع الأرض، والوالدان اليوم يجوبان العالم لزيارة أبنائهما والاستمتاع مع أحفادهما.

تدريبات ذاتية:

التدريب رقم (1): أكتب/ي قصتك في ثلاثة سطور

أولاً: من وِجهة نظرك

....
....
....

(المنجز/ة كتابتها؛ متصالح/ة مع نفسه/ا، محسن/ة **التشخيص**، يمكنه/ا عيش لذة الحياة الزوجية أو إعادتها صياغتها)

ثانياً: من وِجه نظر شريكك

....
....
....

(المنجز/ة كتابتها؛ محسن/ة **إدارة** نفسه/ا وكذا **إدارة** الحياة الزوجية)

التدريب رقم (2): إعادة كتابة قصة "45 سنة زواج"

أولاً: من وِجهة نظر فريدة

....
....
....

ثانياً: من وِجهة نظر نادر

....
....
....

اِعلم أنّ **استكمالَ** التدريبات الذاتية السابقة فيه العديد من المؤشّرات الدالة على نظرة الشريك لحياته ولحياة شريكته في شِركتهما، مع ملاحظة الآتي:

- إذا عظم الارتباك في استكمال **التدريب رقم (1)**، دَلّ هذا على عدم الرأفة بالنفس، وتحميلها أمورًا لا ينبغي أن تكون، وبالتالي أنت تضغط/ين على حياتك ثمّ على حياة شريكِك، ومن بعدهما على عائلتك الصغيرة والكبيرة والمجتمع.
- إنّ إتمام **التدريب رقم (2)**، يوضح كيف تنظر للأمور سلبًا أو إيجابًا، ودليلٌ نافعٌ تسترشد به لباقي الأيام عبر تغليب الإيجابية أكثر إن كنت إيجابيًّا/ة أو دعوة للإيجابية إن كنت غير ذلك؛ رأفة بحالك وحفاظاً على صحتك النفسية والجسدية، وصحّة مَن حولك.

المقدمة

المعتاد أن تُستهلّ الكتب في التعريف بموضوعها بألطف الكلمات، تشجيعًا للقارئ وترغيبًا له في الموضوع وفي المؤلِّف، وهذا سليم وصحيح، ولكنَّ الكتابَ ومع أهمية الوعظ للنفس اتّخذ النهجَ الإداريَّ المتدرِّجِ لحسن اتخاذ القرار عمومًا، وللحياة الزوجية خصوصًا، وترك الخطاب الوعظيِّ للمُصنَّفاتِ الأخرى. أمّا بخصوص عنوان الكتاب **"إدارة مؤسّسة الزواج"** فقد احتوى على شِقّين:

الشّقّ الأول من العنوان **"الإدارة"**:
اِختيرت لفظةُ الإدارة للدلالة على بدائل التعامل مع مفردات الحياة الزوجية المختلفة، وَفق المَنهجية **الإدارية** المتدرِّجة، وببساطة ومباشرة، تبنّينا ما يلي:

- اِعتمدنا ما تعتمِدُه الشركات والمؤسّسات الكبرى لناحية **توظيف** علم النفس في تفهُّم سلوكِ العميلِ (الزبون) نفسيَّتِه، وكذا نفسيةِ الموظَّفِ وسلوكِه، والتأثيرِ عليهما لتحقيق المكاسب للإدارة والملاك، أي تطرّقنا **لعلم النفس**، وأفردنا له فصلًا مستقلًا يحوي اختصاراتٍ لقُرابة الخمسين كتابًا من أشهر كتب علم النفس، وفي مقدَّمها ما كان له الصلةُ ذاتُها بموضوعِنا، لمزيد تعمُّقٍ للراغبين، علمًا أنّ مضمونه منبثٌّ في مختلفِ ثنايا الكتاب.
- **تجنّبْنا**، وإلى أبعدِ الحدود، الكثير من المصطلحات الفنية والعلمية، وبالخصوص ما يُظنُّ في بيئتنا العربيةِ أنّها **خادشةٌ للحياء**، وعمِلْنا على استبدالها بأقربِ الألفاظ المتناسبة، مع عدم الإخلال المنهجيِّ والعلميِّ بالسياق.
- غلّبنا **لغة الإدارة** في التعامل مع الزوجين باعتماد لفظ **الشريك** على كلٍّ من الزوج والزوجة كون **العقد بينهما عقدَ شَرَاكةٍ** شبيه إلى حدٍّ كبير بعقود الشركات التجارية والماليَّة، والصناعيَّة، والخِدماتيَّة وغيرها، مع اختلاف جوهريٍّ، ألا وهو **موضوع العقد**.
- أبرزنا **منطقَ سُوقِ الأعمالِ** الذي يَحكُمُ الشركاءَ في الشركات الحقيقية، حيث يكون بينهم الكثير، ولكنّهم يُغلِّبون المصلحة الأكبر: (1) الأرباح (2) والاستمرارية (3) والحصّة السُّوقيَّة، اِستدراجًا **للنُّهوض بمنطق الزوجيةِ** وفق الأسس العقلية السابقة، بما يُحقِّق أهدافَ **عَقدِ الشراكة** (الزواج).
- توظيف **الإمكانات المُتاحة** لتحقيقِ أعظم المنافع المُمكنة، سواءً كانت ذاتيَّة، ماليَّة، إداريَّة، علاقاتٍ تجاريَّةً ومجتمعِيَّةً، فلا يوجد **شريك** ممتاز في كلِّ شيءٍ وبالمُطلق، ولا العكس أيضًا، فكلنا يُكَمِّلُ الآخر. صاحب المال يحتاج إلى صاحب الاختصاص، والإدارة تحتاج إلى الموظفين والحِرْفِيِّن وأصحابِ المَهَاراتِ وغيرِهم. إنَّها سلسلةٌ منتظِمةٌ من التداخلِ والاحتياج، بحيث إنّ البشر يُكمِّلُ ويدعم بعضُهم بعضًا. وفي السياق العقليِّ والمصلحيِّ نفسِه نجدُ في **عقدِ الشراكة** (الزواج)، الاحتياجَ النفسيَّ والجسديَّ، والاجتماعيَّ، والاقتصاديَّ، وغيرَها الكثير.
- **السياسات الإدارية** الناظِمَة لمسار الأمور في منظومة العمل وفق الأطر المباحة، يليها مَنهجية القرار المستخدَمة في سيناريوهات الأعمال المختلِفة والمرسومة من

السيِّء إلى الأسوأ. **وندعو شريكَيْ عقدِ الزواج** لاعتماد ما يُناظر هذه السياساتِ والمَنهجيَّاتِ ويُقابلُها، خدمةً لمصلحتهما العليا.

- **التفكير الإداريُّ الاستيعابيّ،** فبيئة الأعمال تُنظِّمُ أمورها في خِضَمٍّ واسعٍ من التناقضات الداخليَّةِ والخارجيَّةِ بمفرداتِهما المختلفة، ومنها اختلافُ الأسواقِ والأذواق، وتبايُنُ رُدودِ الأفعالِ لكلِّ مُنتَجٍ أو قرار، وتَبِعَاتُ كلِّ ذلك على رِبحِيَّةِ الشركة واستمرارِيَّتِها وحِصَّتِها السُّوقِيَّة. **وشركاءُ الزواجِ** أحقُّ بمثل هذا التفكير الاستيعابيِّ لتحقيقِ مصالحِهما الآنيَّةِ والمستقبليَّة.
- **التسوياتُ وسياسةُ التفاوُضِ** القائمةُ على وَضعِيَّةِ ربحِ طرفَي النِّزَاع (رابح - رابح/ة win - win)، ما أمكن، كونها الأقلَّ ضررًا حاليًّا ولاحقًا. فالأسواق لا تَرحَم، والأعمالُ ستستمِرُّ بِنا وبغيرنا، وفي لحظاتِ الوعيِ والإدراك، **سيَعلمُ شريكا عقدِ الزواجِ** أنّها من أنسبِ السياساتِ التفاوضيَّةِ الممكِنَةِ بين البشر، ما لم يُلغِ أحدُهما نفسَه لصالحِ الآخر، وهذا عمليًّا غيرُ دقيق، وبعيدٌ من السلامةِ العقليَّة.
- منهجية **تكريم المُحسِن وتعليم المسيء،** للحفاظ على الأموال المستثمَرة في الماديَّات والبشر. فالاستئصال لصغير الخطأ وكبيره ليس قوة إدارية كما يظنّ بعضُ المدراء، بل منهجية عفا عنها الزمان، فالشركات تخسر باستئصال الكفاءاتِ والكوادرِ أكثرَ بكثير مما تتكلف لتعليم المُخطئِ غيرِ متعمِّدِ الخطأ، وهمُ السّوادُ الأعظم من أصحاب الأخطاء الإنسانية.
- **غضُّ الطّرْفِ** عن الزلّات والهَنَاتِ التي تحدثُ من الكوادر بحسب بشريَّتِها، فالمُنزَلَقُ لأحدها إنْ شعر بعدم الترصُّد والتتبُّع له أصلح نفسَه وزلّتها، وأضاف لا شعوريًّا ومن باب الشكر غيرِ المعلَن، إبداعًا يُستفادُ منه للأعمال والبيئة المحيطة، وهنا نكون **كسبنا كفاءة وإبداعًا** ومجالاتِ استثمارٍ أوسع، وقد ينقلنا بعض أصحاب هذه الإبداعات إلى فضاءاتٍ جديدةٍ غيرِ مُتخيَّلةٍ، وفي نماذج الشركات التقنية الكبرى اليوم الغنيةِ عن ضَربِ الأمثلة المحدَّدَة. هذا المذهب في الأعمال **يسمُو بالشريكين في عقد الزواج** إنْ هما انتَهَجَاهُ وعَمِلا بمقتضاه.

الشِّقُّ الثاني من العنوان **"مُؤسّسةِ الزواج"**
اِخترنا مُسمًّا إداريًّا للحياة الزوجية وهو "المؤسّسة" بمعناها التضامنيِّ وليس القانونيَّ التجاريَّ (المؤسسة الفردية)، وعُرفًا يُقال: مؤسّسة الأعمال أو مؤسّسات الأعمال، تأكيدًا وتعظيمًا لاتحادِ الشريكين وتضامنِهما فيما بينهما تجاه هدفٍ واحد **"النجاح في حياتهما"**.

علمًا أنّ هذا الاختيارَ بناءٌ على: (1) الإقرارُ واليقينُ بعقدِ الزواجِ مضمونًا ونتائجَ، إنْ بمفهومهِ الدينيِّ أو القانونيِّ، (2) وأيضًا دعوةٌ واقتراحٌ لمنظورٍ بسيطٍ وعمليٍّ في تفسير الكثير مما نجد خلال الحياة الزوجية من لطيف الأمور وغيرها وتفهُّمِه.

يُرجى من كلِّ شريكٍ استكمالُ الآتي:

اخترِ السياساتِ الإداريةَ المُعتمدةَ في حياتِك

السياسة الإدارية	نعم	كلا
توظيف علم النفس في مصلحة الحياة الزوجية		
تجنّب خدش حياء الشريك		
تغليب لغة الشراكة على لغة الأنا بين الزوجين		
اِعتماد منطق مصلحة بيت الزوجية والزوجين		
توظيف الإمكانات المتاحة لإنجاح الحياة الزوجية		
الاتفاق على السياسات الناظمة لمسار الأمور		
التفكير الاستيعابيّ		
التسويات وسياسة التفاوض		
تكريم المُحسن وتعليم المسيء		
غضّ الطرْف عن الزّلات والهَنَات		

أكتب/ي خمسًا من سياساتك الخاصة غير المذكورة أعلاه

السياسات الخاصة	
قبل الزواج	بعد الزواج

المنظور الإداريُّ في المعالجة

فُضِّل الإنسان على الجماد والحيوان بـ "العقل"، وبالتبسيط الشديد بـ "التفكير"، والشركات لا تنجح ولا تتألّق إلّا مع أصحاب العقول المستنيرة والمبدعة. لذا، بحثت الشركات الناجحة والأخرى الأقل نجاحًا عن **العنصر الأساس والفارق الجوهريِّ** في نجاح الأعمال أو تراجعها، فوجدت أنّه شخصُ المدير وتفكيرُه، وسنعرض للفارق بين (1) تفكير وآخر، وبين (2) مدير وآخر.

1. الاختيار بين تفكيرين:

على صعيد المقارنة بين تفكيرين، اِنتهجت الشركات عند اختيار كوادرها للمفاضلة بين تفكيرين وبخاصة في المناصب التي تعتمد على اتخاذ القرار، ولُخِّصَ الأمر كالتالي:

مقارنة بين تفكيرين

العقلية المتفتحة	والعقلية المتصلبة (المحدودة)
- يمكنني أن أكون جيدًا في أيّ شيء	- أنا أجيد فقط أشياءَ معينة
- أحاول وأصرّ حتى أحقق النتيجة المرجوّة	- أستسلم إذا صعبت الأمور
- أعشق التحدِّي	- أكره التحدّي والتحديات
- أرحّب بالنقد والملاحظات	- أعتبر الملاحظات والانتقادات شخصية
- أحبّ تعلّم ما أجهل وكلَّ جديد	- لا أحبّ تجربة ما لا أعرف

2. الاختيار بين مديرَين:

أمّا على صعيد تفكير المدير، فقد انتهت الشركات إلى حاجتها للمدير المحفِّزِ المترفِّعِ عن الصغائر، الباحثِ عن مكامنِ القوة لدى أعضاء فريقه أو إدارته، للوصولِ بالشركة والأعمال إلى أرقى مراتب النجاح، وأصبح يُسمّى بالقائد الإداري، وهذا رسم يُغنِي عن كثيرٍ من الكلام.



تدريبات لكلّ شريك
ولمزيد خصوصية وعلى ورقة مستقلة خارج الكتاب

التدريب رقم (1):

اِستعرض منهجَك الفكريَّ
وفق جدول المقارنة بين التفكيرين السابقين

أولاً: قبل القراءة
ثانياً: بعد القراءة

قبل القراءة	بعد القراءة

ثم قارِن وراجع حياتك الزوجية وانظر كم من الأمور كان من الممكن أن تكون **أفضلَ وأبسطَ وأسعدَ**.

التدريب رقم (2):

اِختبر إلى أي الشخصيتين أنت أقرب
في نقاط المقارنة السابقة

شخصية المدير	شخصية القائد

ثم قارِن وراجع ما تمرّ به بحياتك الخاصة أو الزوجية، وقوِّمْ ذاتيًّا، واختَرْ بأيِّ المنهجَين ستُكمل، مُغلِّبًا في قرارِك **سعادتَك الشخصِيَّةَ والزَّوجِيَّة**.

المنظورُ الاجتماعيُّ في المعالجة

إنّ عقد الزواج يُعتبر أشهرَ العقود بين البشر قاطبةً، المؤمِنِ منها والآخَر، ويُصنَّفُ الزواجُ ضِمنَ الأعرافِ الاجتماعية، ويُدرَسُ عِلميًّا من وجوهٍ مختلفة، القانونيَّة، والشرعيَّة، والعديد غيرها، غير أنّ الركن الأساس والأوسع في التعامل مع هذا العقد، كان وسيبقى العلومَ الاجتماعيةَ بصنوفِها القديمةِ والحديثة.

والزواج أمرٌ فِطريٌّ تعاهده بنو الإنسان منذ بَدءِ الخليقة، فهو المُعوَّل عليه في التواصل بين العائلاتِ، والقبائلِ، والقوميَّات، والأعراق، ولاحقاً الجنسيات. وهو الفرحة المشتركَة المتوافَقُ عليها إنسانيًّا، وإنْ كانت عاداتُه وأعرافُه تختلف من مكان لمكان، ومن زمان لآخر، ومنه ومعه الكثير من الفرح، وبالمقابل جوانبُ من الألم، وما ذلك إلا لاختلاف طرفَي العَقدِ في الطبع والأخلاق، والثقافةِ، والوعيِ، والنَّظرةِ للأمورِ حاضرِها ومستقبلِها، (1) فقَد تُفلِحُ توليفةُ العَقد (2) وقد تتعثَّرُ ثم تستقيم (3) وقد تتصارِعُ وتتباعد. ومرَدُّ هذا كلِّه للشريكين وقدرتِهما على إنجاح الشراكة والشركة بينهما.

مصطلحات خاصة بالكتاب:

تماشيًا معَ بيئتنا ومجتمعاتنا ونهجنا الإداريّ، تمّتْ مقاربة الموضوع بمصطلحاتٍ مقيَّدَةٍ بمدلولاتٍ خاصة وهي:

- **الشريك/ة:** الزوج/ة، وضمنًا: الأنيس/ة والونيس/ة، الصاحب/ة والصديق/ة، الرفيق/ة والخليل/ة.
- **الشريكان:** بصفتهما الناهضين بالعقد، فكما في الشركات المالية والاقتصادية ترى كلَّ شريك حريص على إنجاح الأعمال للاستمرار وزيادة الأرباح، أريدها وأردْتُها زيادة في الشراكة الزوجية.
- **الذَّكَر:** المرحلة الخام قبل أن يتدرج ليصبح رجلًا، والرجل من استوفى مواصفات الأدب، والأخلاق الإنسانية، والاجتماعية، وفي مقدمها صفتُه "الوفاء بكلمته".
- **الأنثى:** المرحلة الخام قبل أن تصبح امرأة، والمقصود مَنْ نالت لقب "اِمرأة بمِائةِ رجل".
- **الزوجان:** لقب الشريكين في عقد الزواج.
- **اللقاءُ الزوجيّ:** بديل كلمات الجِماعِ والعلاقةِ الحميمة، والمُسمّياتِ المُستخدَمَةِ والمستحدَثَةِ الأخرى.
- **ملتزم/ة:** المضحي/ة بما يليق بمعاني عقد الزواج.
- **غير ملتزم/ة:** المقصِّر/ة ببعض معاني عقد الزواج.

المنظورُ المنهجيُّ في المعالجة

رغم الغوص في الشقين الإداريِّ والاجتماعيّ، إلا أنّنا لن نستعرِضَ علومَهما بالسّرد الأكاديميِّ المنهجيِّ والتأصيليّ، بل نأخذ منهما بقدر حاجة الموضوع، كون الكتابِ لتبسيطِ حياةِ الناسِ وتيسيرِها، وليس للتنظيرِ أو التبحُّرِ في هذين العِلمَينِ أو غَيرِهما، علمًا أنّ هذا مُتاحٌ لكلِّ مُتتبِّع.

أمّا **علم النفس**، فأخذنا منه الحدّ الضروريَّ النافعَ للسِّياق، معَ التركيزِ على دِراساتِه الإحصائيَّةِ والتحليليَّةِ ذاتِ النتائجِ النفسيَّة، الإداريَّة والاجتماعيَّة. وأُحِبُّ أن أستهلَّ بذكرِ أنّ المجتمعاتِ الملتزمةَ دينيًا وغيرَها **لا تستطيعُ التفريطَ بخليَّةِ المجتمعِ الأولى وهي الأسَرة**، لذا وجدْنا وبخاصَّةٍ في المِائةِ عامِ المنصرمة معاهدَ ومراكزَ أبحاثٍ متخصصةً في مضمونِ عقدِ الزواجِ، ولكنَّهم غلَّبُوا العناوينَ الجاذِبَةَ لها، وحَصَرُوها بالجِنسِ للأسف، رغم أنَّ تفاصيل دراساتِهم تشمَلُ الجِنسَ والنَّوعَ الاجتماعِيَّ والتَّكاثُرَ، ومُختَلِفَ مَوضوعاتِ العلاقةِ بين الزوجين وتَفاصيلَها.

هذا دأبُهم ونَهجُهُم ولا سُلطانَ لنا على ما فعلوا، وأشهر هذه المراكزِ على الإطلاق **معهدُ كينسي**، للعالِمِ المشهور ألفرد كينزي وتُلفظ (كينسي): أُسِّس عام 1947م، وكان يحمل اسم معهد كينسي للبحث عن الجنسِ والنوعِ الاجتماعيِّ والتكاثر، ويُعرف باسمه المختَصَر، **معهدُ كينسي** للجنس، منظمةٌ مستقِلَّةٌ غيرُ ربحيَّةٍ حتى 2016م حين أصبح المعهدُ تابعًا لجامعة إنديانا. نشر كينسي وزملاؤه بعد تأسيس المعهد كتابًا حقَّق شعبيةً كبيرةً عام 1948م تحت عُنوان "سُلوكُ ذكرِ الإنسانِ الجنسي"، ونُشِرَ النَّظيرُ لهذا الكتابِ تحت عُنوان "سُلوكُ أنثى الإنسانِ الجنسي" عام 1953م. وأصبح هذان كتابين معروفين باسمِهما الشهير "**تقريرا كينسي**."

وفي أواخر القرن الماضي، أسّست كبرياتُ الجامعات العالمية المعاهدَ المتخصِّصَةَ اجتماعيًّا وجنسيًّا، وبرزتْ في مَطلَعِ القرنِ الحاليِّ دِراساتُ معاهدِ الجنسِ البرازيلية، وفي مقدمها معهدُ «**سيناي**» البرازيليُّ للدراساتِ الاجتماعيَّةِ والأُسْرِيَّة.

وبسبب افتقار منطقتنا العربية للدراسات الأسرية المتخصصة عمومًا والزوجيَّة خصوصًا، اِستفدنا من دراسات هذه المعاهد أقلُّه لأمرين: (1) لاختصاصهما الدقيق، وللاستفادة عمليًّا مما انتهى إليه الآخرون، (2) لاستعراض بعض أشهر الدراسات الإحصائية الموظَّفة في علم النفس المتخصِّص في الإنسان عمومًا والمتزوجين خصوصًا.

أمّا التوثيق، فقد تجاوزنا المعتاد فيه لطبيعة الكتاب وتداخل أجزاء العبارات من كلّ مصدر، فأصبح التتبّعُ وَعْرًا واتّباعُه يشوّش القارئ ويُشوِّه الصورة، فلجأت للتوثيق الإجماليِّ للفصل إلا إذا دعتِ الضرورة خلاله، متمنيًا أن تتوالى القراءة بشكل أسهل، تحقيقًا لغرض الكتاب في التوعية والنّصح واستقرار الحياة الزوجية.

الفصل الأول

الإدارة[1]

علم الإدارة من أهم العلوم على مستوى الواقع وهو مرتبط بالكثير من نواحي الحياة، مثل: إدارة حياتنا: (1) الأسرية، (2) الاجتماعية، (3) المالية (4) العملية.

(1)
فما هي الإدارة؟

الإدارة هي عملية التخطيط والتنظيم والتوجيه والتنسيق (وحديثًا التوظيف) والرقابة على الموارد المادية والبشرية بهدف الوصول إلى أقصى النتائج بأفضل الطرق وبأقل وقت وجهد وكلفة ممكنة.

وتسهيلاً على القارئ، الإدارة ببساطة هي:

- التنظيم.
- فنّ اتخاذ القرار.
- علم قائم على التنظيم والتحليل والتطبيق المرن، ويعتمد على قدرات الشخص المعني وثقافته بشكل عام.

(2)
عناصر الإدارة الناجحة

تُعَدُّ الإدارة العمليّة التي يتمّ من خلالها تفاعُل الأفراد بكفاءة، وفاعليّة؛ وذلك لتحقيق الأهداف المنشودة، ومن الجدير بالذكر أنَّ الإدارة الناجحة تمتلك مُقوِّماتٍ، وعناصرَ أساسيّةً، منها:

- **الوظائف، والأنشطة**: حيث تُمثِّل الوظائف، والأنشطة التي يُمارسها المُدراء، وهي: التخطيط، والتنظيم، والتوجيه، والتنسيق، والرقابة.
- **الأعمال، والأهداف**: وهي تُشير إلى الأهداف، والأعمالِ التي تُريد المُؤسَّسةُ الوصولَ إليها، وتحقيقَها، وإنجازَها.
- **الموارد البشريّة**: حيث تتضمَّن الموارد البشريّة جُهودَ الأفراد العاملين في المُنظَّمة، من مُوظَّفين، ومُتخصِّصين، ومُنفِّذين؛ وذلك لتحقيق الأهداف، والأعمال بكفاءة، وفاعليّة.

[1] مبادئ إدارة الأعمال: الأساسيات والاتجاهات الحديثة، أ.د. أحمد بن عبد الرحمن الشميري، أ.د. عبد الرحمن بن أحمد هيجان، د. بشرى بنت بدير المرسى غنام، العبيكان، https://books.google.com/، خالد عثمان السعد، مدخل إلى مفهوم الإدارة الناجحة، ص 3،4،9. ريتشارد تمبلر، قواعد إدارية، https://www.goodreads.com/، وليام ديمنج William Deming، وهو أمريكي عمل مستشارًا ولقب أبا ثورة إدارة الجودة الشاملة، كيفية التعامل مع مخاطر الحياة بشكل أكثر عقلانية، جاي ل. زاغورسكي، خبير اقتصادي وعالم أبحاث، جامعة ولاية أوهايو، https://ar.innerself.com/، المخاطر الإيجابية والسلبية وكيفية التعامل معها، https://bakkah.net.sa/، موضوع.كوم: عناصر ووظائف الإدارة، https://mawdoo3.com/، https://www.startimes.com، وغيرها بتصرّف.

- **الكفاءة، والفاعليّة**: تتمثَّل **الكفاءة** (Efficiency) في المقدرة على استخدام الموارد من غير هَدْر، ومن هذه الموارد: المال، والأرض، والأفراد، والآلات، وغيرها، وتُشير أيضًا إلى مقدرة المدير على الاقتصاد، والتوفير في استخدام هذه الموارد بِما لا يُعيق تحقيق الأهداف، والنتائج، أمّا **الفاعليّة** (Effectiveness)، فهي تتمثَّل بالمقدرة على تحقيق الأهداف التي تُريد المُنظَّمة الوصول إليها، ومن الجدير بالذكر أنَّه لا بُدَّ من وجود الكفاءة، والفاعليّة؛ لتحقيق الأهداف.



أمّا **الجانب الآخر من الإدارة** فهدفه حماية الجانب الأول والأساس (المقوّمات والعناصر)، فلا ينبغي الابتعاد بالأمور عن الاحترافية المهنية والمصداقية والاتجاه بها نحو الشخصانية، ففي ذلك منزلق وهلاك الأعمال والموارد وخسارة فرق العمل والخروج من الأسواق، وهذه جملة من عموم المحاذير التي لا بدّ من تلافيها، وعند المختصين تصنف كقواعد.

(3)
قواعد إدارية بثوب محاذير

1. **لا يعتقد الشريك أنّه يدير شريكه،** بل يدير تعاملات ومعاملات حياتهما الزوجية، ومن المهم والمفيد إشراك الشريك في الإدارة، أي تغليب روح الفريق بوجدانياتها.
2. **لا تقل/تقولي "أنا"،** لا تنسب/ي النجاح لنفسك، قاوم تحيزك لذاتك وانسب/ي النجاح لكما، واجعل/ي سبيلك المكافأة والتشجيع على المجهود وليس النتيجة.
3. **لا تقبل/ي شكاوى بدون حلول،** أي باعتماد منهجية ذكر الشكوى مقترنة بمقترحات حلّها.
4. **لا تنتظر الاحتكاكات حتى تتفاقم،** دقّق/ي بالملاحظات من ناحية التذمّر التجاهل الشكوى والصمت حيث لا ينبغي، واعتمد/ي سياسة الأب الحكيم أو الأم الحكيمة، وغلب الحوار.
5. **لا تضيِّع/ي الوقت في اجتماعات غير فعّالة،** أي غير واضحة الهدف دقيقة المسار (الخطة) والزمن، مع تركيز نقاط اللقاء للبناء عليها وتدوينها.

6. لا تتوقف عن تشجيع شريكك ودعمه في خياراته الخاصة غير الضارة بحياتكما.
7. **لا تكن ديناصورًا** [ثقيل الحركة] (1) لا تقدس/ي الطرق الموروثة، (2) تلافَ/ي الثبات وعدم التجديد (3) بادر/ي بالتخطيط والاستعداد للمستقبل وتحدياته.
8. **لا تعترف بالحظ**، حتى إن حصل اثبت/ي على ما حققتَ/تِ واستمتع/ي به، واجتهد/ي لمزيد نجاح، **فالحظ** ما هو إلا استغلال المتقِن/ة لفرصة عشوائية غير مخططة.
9. **لا تكن/تكوني مخيفًا/ة ولا تعتمد/ي على الخوف**، على كل شريك توظيف ما لديه من سلطة لمزيد تناغم في حياتهما الزوجية، وَلْيتلافَ الشريك إساءة استخدام هذه السلطة، فالتعاون والتعاطف زرعٌ طيب لقابل الأيام وتعميقٌ للثقة، وضدهما إتلافٌ للزرع وقادِمِ الأيام، وإضعافٌ للثقة.

تدريب: (أنظر/ي أي المحاذير السابقة ارتكبت)
على كل شريك أن يقرأ هذه المحاذير بتمعّنٍ مرةً من منظوره، ومرة من منظور شريكه، ولمزيد خصوصية اعتمد ورقة خارجية.

من منظوره	من منظور شريكه
1.	1.
2.	2.
3.	3.
4.	4.
5.	5.
6.	6.
7.	7.
8.	8.
9.	9.

وإنْ وَجَدَ منها ما ارتكب، فليسارع كل شريك للمعالجة حرصًا على صحّة الحياة الزوجية.

(4)
الأمراض السبعة القاتلة في الشركات عند وليام ديمنغ

1. عدم الاستقرار أو الغموض في الأهداف.
2. التركيز على الأهداف قصيرة الأجل وبخاصة الربحية.
3. عدم كفاءة أنظمة تقويم الأفراد، وترهيب العاملين بالتأثير على مستقبلهم.
4. عدم الاستقرار في الوظائف/ المهام وكثرة مناقلة المسؤولين.
5. اتّخاذ القرارات اعتمادًا على المعلومات والنماذج الكمية دون النوعية.
6. الابتعاد عن الجودة من بدايات العمل.
7. الإسراف في الكلف غير الضرورية.

وبالقياس على **الحياة الزوجية**، نجد أنّها تحذّرنا من كثير من أخطاء الشريكين في ممارسة شراكتهما، ممّا قد يورث حياتهما الأمراض التي قد تُفضي للانفصال وذهاب الشراكة.

تدريب: (أنظر أي هذه الأمراض تنطبق في حياتكما)
على كلِّ شريك أن يقرأ هذه الأمراض السبعة بتمعّن مرة من منظوره ومرة من منظور شريكه، ولمزيد خصوصية اعتمد ورقة خارجية.

من منظوره	من منظور شريكه
1.	1.
2.	2.
3.	3.
4.	4.
5.	5.
6.	6.
7.	7.

وإنْ وجدَ منها ما ينطبق، فليسارع الغيور على مصلحته أولاً ومصلحة شريكه ثانيًا للمعالجة، وكلما كان العلاج أسرع ارتفعت المناعة النفسية للشريك والحياة الزوجية، وهي المناعة المحتاجة بشكل قوي للمستقبل وقابل الأيام.

(5)
الخطر كإحدى مفردات الإدارة

الخطر عنصر لصيق بالحياة، يصاحب المرء من أول خطوة النزول من السرير صباحًا حتى الخطوة الأخيرة في دخول الفراش للنوم. وهو على درجات، جزء تعايش الإنسان معه وارتضاه بحدوده المعروفة والمقدَّرة، وجزء يتجاوز ذلك، يستدعي من الشركات والأفراد إدارته بحكمة واحترافية. ومؤخرًا اشتهر علم **إدارة المخاطر**، فأفردت له الشركات المالية والبنكية وغيرها، الأقسام والمديريات الخاصة به والمعترف بها في صُلب الهيكل التنظيميِّ للإدارة أو المُنشأة.

التعايش مع الخطر:
الخطر لا ينحصر في مكان أو زمان ونراه في مختلف مناحي الحياة ومفرداتها، ومن أمثلة ذلك، أنّ غرف طوارئ المستشفيات تستقبل سنويًا ما لا يقل عن 20 مليون شخص بسبب إصابات الحمَّام، رغم أنّ هذا الرقم مرتفع بشكل مروع، فإنّه على الأرجح لن يمنعك من استخدام المرحاض أو غسل يديك أو الاستحمام. وقياساً على ذلك، الاختباء تحت السرير لتجنّب مخاطر القرارات ليس خيارًا واقعيًّا لمعايشة الحياة.
وقد درس عالمان من **رواد العلوم السلوكية**، دانيال كانيمان وعموس تفرسكي، كيف يقدر البشر في الواقع الاحتمالات؟ فجاءت النتيجة: (1) أنّ لدى النّاس سُوءَ حكم على حساب

الاحتمالات الفعلية. (2) وبشكل عام، يبالغ البشر في احتمال وقوع أحداث نادرة، ويقلّلون من شأن احتماليَّة حدوث أحداث شائعة وتقدير اليقين.

المخاطر الإيجابية والسلبية وكيفية التعامل معها:

- يُعرَّف **الخطر** في (PMBOK® Guide) بأنّه: حدث أو ظرف غير متوقّع، إذا وقع، فإنّ له أثرًا على واحد من أهداف المشروع على الأقل.
- كما يُعرَّف **الخطر** بأنّه يمكن أن يكون تهديدًا أو فرصة في الوقت نفسِه، فيكون **تهديدًا** إذا سبَّب معاناة أو خسارة أو ضررًا، ويكون **فرصة** إذا حقَّق زيادة في الأرباح أو قلّل الموارد المستخدَمة.

تنتشر نظرة خاطئة لدى البعض، بأنّ الخطر شيء **سلبيّ** ويؤدّي إلى فشل المشاريع، وتُوَجَّهُ كلُّ الجهود في هذا الاتجاه، ولكنّه في الواقع ممكن أن يكون **إيجابيًّا** أيضًا، ويكون فرصة ويحقق فائدة للمؤسّسة أو المشروع. كلا النوعين من الأخطار لهما أثر على نتائج المشروع، لذلك يكونُ التوقُّع والتنبُّؤ بهما في مرحلة مُبكِّرةٍ من المشروع في مرحلة التخطيط لكي تتمكَّن إدارة المشروع من السيطرة على المخاطر، واتّخاذ الاجراءات المناسبة، ويجب أن يكون هناك مراقبة ومتابعة خلال دورة حياة المشروع.

كيف تتفاعل مع الخطر؟

- **المخاطر السلبية Negative Risks:** الخطر السلبي أو "التهديد" اِسمه يوحي بأنّه يحمل نتائج سلبية على المشروع. وهو أمر غير محبَّبٍ لدى مدراء المشاريع وأصحاب المصالح، ويسعَون بكل جدّ إلى تلافيه. **مثال على الخطر السلبي**: التأخير في تسليم المشروع، أو تجاور التكاليف المخطط لها، أو أي شيء ممكن أن يؤثر على أهداف المشروع يُعتبر خطرًا سلبيًّا أو "تهديدًا".
- **المخاطر الإيجابية Positive Risks:** الخطر الإيجابي أو "الفرصة" يحمل نتائج إيجابيةً على المشروع، وهو خطر مفضَّلٌ لدى مدراء المشاريع وأصحاب المصالح بل ويسعَون إلى تحقيقه. **مثال على الخطر الإيجابي**: إنهاء المشروع في موعد مُبَكِّرٍ أو الزيادة في العائد على الاستثمار.

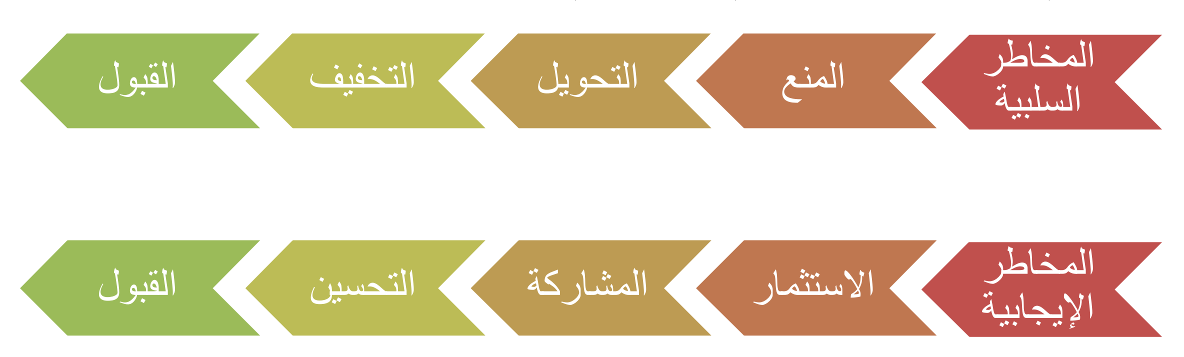
هل يمكن أن يتحوّلَ الخطر الإيجابي إلى خطر سلبي؟

نعم ممكن، إنْ لم يكن مخطَّطًا له ومتابَعًا بشكلٍ جيد، أن يتحوّل الخطر الإيجابيُّ إلى خطر سلبي.

(مثال: لو أنّ شركة اتصالات تُنفّذ مشروع توسعةٍ لاستيعاب عدد كبير من الاشتراكات الجديدة، وانتهت مُبَكِّرًا من التجهيز لخِدْمَاتِ استقبال الخطوط الجديدة وتركيبِها، بينما لم تنتهِ بعدُ من تركيب وَحَدَاتِ السنترال والمُحوِّلات (switches) الإضافية، اِعتبرت ذلك فرصة لاستقبال زبائن جدد مُبكِّرًا، فأعلنت عن ذلك من خلال حملة ترويجية. وفي اللحظة نفسها، تمّ التجاوب ونجحت الحملة في جذب عدد كبير من الزبائن، ولكنّها نتيجة الضغط المُبكِّرِ غيرِ المخطَّطِ له انهارتِ الشبكة لعدم قدرتها على تحمُّل هذه الأعداد، وبسبب عدم جاهزيتها

أيضًا. فإنّ هذه الفرصة فورًا **تتحوّل إلى** تهديد حقيقي يَمَسُّ سُمعة الشركة والحفاظَ على عملائها الجدد والقدامى).

التدرّج في معالجة الخطر (السلبي أو الإيجابي)



(6)
الخطر من مفردات الحياة الزوجية

الحبّ شعور له ما يقابله من المشاعر ذاتِ الخطر على صاحبها والحياة الزوجية، وإداريًّا القرارات والاستثمارات لا تجنح ولا تُبنى على المخاطر العالية. لذا، عِلمُ الخطر والمخاطر له اعتباره ومحسوبٌ بدرجاته في قرارات الحبّ والزواج واستمرارِ الحياة الزوجية، لذا على كلِّ شريك أن يُنزلِ الأمور منازلها، وألا ينقلبِ لِضِدِّها بطريقة لحظيةٍ انفعالية.

أمّا الكلام المتدرِّجُ من الحبّ إلى العشق ثمّ الوَلَه، فينبغي أن يكونَ لطرَفٍ يعرف قدره، وإلا غامرنا وخاطرنا بحياتنا مُخاطرة تكاد تكون خارج الحسابات المنطقية.

فقد قيل في العشق:

- العشق مسلك خطر، ومَوطِئٌ زَلِقٌ، غوائله لا تُؤمَن، وضحاياه لا تُحصَى، وأضرارُه لا يُحاطُ بها.
- أهل العشق يعانون من ويلاته، ويلاقون العناء من مراراته، ذلك أنّ العشق داءٌ دَوِيٌّ، تذوب معه الأرواح، ولا يقع معه الارتياح؛ فمن ركب بحرَه، وتلاعبت به أمواجُه كان إلى الهلاك أدنى منه إلى السلامة.

هذا جانب من خطر الجنوح بالمشاعر خارج الاعتدال فيها، وهو قد يكون سببًا في انقضاء الشراكة الزوجية.

الفصل الثاني
مؤسّسة الزواج[1]

دعونا نستعير من فنون الإدارة منهجية "تأسيس الشركاتِ وبنائها واستمرارها وانقضائها"، لنقتدي بها في بناء شراكتنا الاجتماعية، كونها خضعت للكثير من التطوير والتحديث العلميِّ والقانونيِّ والإداريِّ والماليِّ والإجرائيِّ والفنيِّ، وفي انتقاء الموارد البشرية وتفعيلها وتحفيزها وحملها على النجاح والإنجاز.

أُستُحدِث لتأسيس الشركات مساراتٌ قانونيةٌ وإداريَّةٌ ومالية، تختلف باختلاف اقتصادات الدول ومدى مرونتها وانفتاحها، ووُضعت لذلك الأدلةُ الإجرائيَّةُ والفنيَّةُ التي تساعد المستثمرين "خُطوةً خُطوة". فإذا كان هذا يتصل **بالبيئة الخارجية** للتأسيس، وحتى ترى الشركة النّور وفق تمنّيات الشركاء فيها وبما يُحقق غرضَهم، فلا بدّ منْ أن تليه **الجهود الداخلية** المقابلة، وبتسلسل العناوين الجوهرية التالية:

1. عقد التأسيس والنظام الأساسيّ؛
2. النظام الداخليّ؛
3. السياسات والإجراءات؛
4. التوصيف الوظيفيّ.

(1)
عقد التأسيس والنظام الأساسي:

المعروض تاليًا لا يزيد عن كونه **استرشاديًا** للشريكين في بيت الزوجية يوضح أهمية التفاهم من البدايات على كثير من الأمور كي لا نُفاجأ لاحقًا، ونتنازعَ على ما كنّا نظنّ أنّه في نظري هكذا، والآخر سيقول: وأنا في نظري هكذا أو هكذا. وبالمقابل لا نريد الأمر أنْ يتحوّل إلى "تناتش" حصصٍ ومكاسبَ وتسجيلِ نقاط، وبيروقراطية تقتل إنسانيتنا وفطرتنا. مع **تأكيدٍ ثانٍ للاسترشاد** بما ينطبِق (خاصة النقاط 10 و15) مع ترك ما لا ينطبق على الحياة الزوجية وفق المقارنة التالية:

يشتمل النظام الأساسيُّ على أركان عدة يجب استيفاؤها وهي:

	في الشركات	**في الزواج**
1	عنوان النظام	زواج مباح
2	الشركاء	الزوجان (الشريكان)
3	إِسم الشركة	زواج فلان وفلانة
4	موضوع الشركة	عيش بالمعروف
5	مركز الشركة	بيت الزوجية
6	مدة الشركة	عقد خصّه الله بالتأبيد

[1] عقد التأسيس والنظام الأساسي، المنتدى العربي لإدارة الموارد البشرية، https://hrdiscussion.com/، النظام الداخلي https://www.syja.org/، السياسات والإجراءات، http://www.mawaredbashareya.com، الوصف الوظيفي، https://www.doubleclick.com.eg/، وغيرها بتصرف.

7	رأسمال الشركة	ماديات بدايات الزواج والنهوض به
8	زيادة رأسمال الشركة أو خفضه	تأكيد على استقلال الذِّمم المالية للزوجين
9	الحصص وتمثيلها والحقوق التي تترتب عليها وانتقال الحصص ورهنها.	- المشارك بأكثر من نصيبه يُقدّر له حقه ويُعترف به. - مراعاة التصرفات المالية بالعدل بين الزوجين مع التفاهم العام.
10	إدارة الشركة، وتعيين المدراء وعزلهم، وصلاحيات المدير وواجباته ومسؤولياته.	لا ينكر حقّ كلٍّ شريك في الحياة الزوجية، ولكن تقسيم المهام يدرأ الكثير من الخلافات.
11	مراجعو الحسابات ومفوضو الرقابة.	الزوجان الواعيان لمصلحتهما يراجعان خطواتهما كل فترة للتحسين.
12	اجتماعات الشركاء، والنصاب، والقرارات.	التشاور قبل القرارات المِفصلية مع تغليب مصلحة العائلة على الفردية.
13	السنة المالية للشركة، ومحاسبة الشركة وتوزيع الأرباح والخسائر.	تستخدم في التخطيط السنويّ للمستقبل.
14	حلّ الشركة، وتصفيتها وتحويلها.	إذا انتهينا للانفصال، فليكن بالعقل والحسنى وحفظ كرامة كلّ طرف.
15	تسويات المنازعات بين الشركاء.	خلال الحياة الزوجية وبعدها لتكن بالاحترام والعقل والمصلحة ثم بالقانون.
16	الإشعارات	رسائل الودّ والمحبة
17	شروط عامة	نافعة جداً في صيانة البيت
18	خاتمة العقد	تمني التوفيق بالحياة
19	التواقيع والتواريخ والأختام	إجراء عرفي وقانوني
20	المصادقات (إذا كانت لازمة)	ضرورة إجرائية وقانونية
21	الملاحق	في حالات خاصة لحفظ الحقوق
22	التسجيل والحصول على شهادة السجل التجاري	التوثيق ونسخه للطرفين
23	التسجيل في عضوية الغرفة التجارية	التسجيل في الدوائر الرسمية

(2)
النظام الداخلي

هو النظام القائم على الأرضية التي وفرها عقد التأسيس والنظام الأساسيّ، غير أنه أكثر تفصيلاً فيما يخص البيئة الداخلية لبيت الزوجية.

	في الشركات	**في الزواج**
1	التعريف بالشركة	التعريف بالزواج وإشهاره
2	العضوية في الشركة	الزوجان
3	أهداف الشركة	الاستمتاع، التكاثر، الاستئناس ومجابهة الوحدة خصوصًا عند الكِبَر
4	واجبات الشريك	المتعارَف عليها دينيًّا وقانونيًّا وعُرفًا أحيانًا
5	حقوق الشريك	المقبولة دينيًّا وقانونيًّا وعُرفًا أحيانًا
6	فقدان العضوية	إذا انطبقت: خسارة المكانة لدى الطرَف الآخر

7	هيئات الشركة	الزوجان ومعهم الأولاد لاحقًا
8	المؤتمر العام	الاجتماع العائلي في الموضوعات الأساسية
9	إدارة الشركة	إدارة بيت الزوجية الداخلية متوسعة باستمرار على حساب الخارجية منها ومعه الذرية خاصة وتتقدم هنا الشريكة على الشريك في الكثير
10	مهام إدارة الشركة	تقسيم العمل وتغليب التفاهم والمصلحة
11	اللجان المختصة	الأكثر خبرة في **موضوع**؟ مقدَّم على شريكه
12	مبادئ عامة	مبادئ ضرورية خاصة بمزيد صيانة لبيت الزوجية يتفاهم عليها الزوجان بانتظام ومع كلِّ تغيُّر في الحياة عامة وحياتهما خاصة، ومنها تعديل للعديد من بنود النظام الداخلي السابق الاتفاق عليه.

(3)
السياسات والإجراءات

- **السياسة** هي بيان رسمي لمبدأ أو قاعدة يجب أن تُتَّبع من أعضاء الشركة، كل سياسة تحدد أهمية موضوع معين لمهمة أو عمليات الشركة. **السياسات** تُكتب كبيان أو قاعدة.
- **الإجراء:** يُخبر أعضاء الشركة بكيفية تنفيذ السياسة. **الإجراءات** تُكتب كتعليمات منطقية، وفي شكل عدد من الخطوات.

السياسة: هي **"ما"** والإجراء هو **"كيف "**.

وعلى الأزواج الجلوس وكتابة سياسة الأسرة

محتوى السياسة

في الشركات	**في الزواج**
- اِسم السياسة	كسياسة التفاهم لحظات الغضب أو سياسة الأولويات حالة الضائقة المالية أو سياسة الإنجاب أو سياسة اللقاء الزوجي
- التاريخ الفعلي للسياسة وتاريخ المراجعات	متى سريان السياسة وموعد مراجعتها فتريًا وبخاصة كلما زادت العائلة، بهدف التأكيد أو التحسين
- الغرض من هذه السياسة (ما المقصود؟ التعزيز أو التحقيق)	كأولوية شراء المنزل أو أولوية الأقساط المدرسية للأولاد على كذا وكذا، أو مواعيد الرحلات العائلية بناء للإمكانات
- بيان السياسة الرئيسية	الحفاظ على الأسرة
- تعاريف للمفاهيم الأساسية أو المصطلحات المستخدَمة في السياسة	المقصود من تعليم الأولاد، ترتيب الأولويات، إدارة الديون وغيرها
- **الأهلية أو النَطاق (ما هي مجموعات الموظفين التي ستتم تغطيتها من خلال؟**	**من المسؤول في هذه المرحلة وعن هذه السياسة، ثم آلية انتقال المسؤولية، تفصيل**

سياسة)	مواطن المسؤولية المشتركة (تلافياً من تقاذف الاتهامات)
- نطاق الاستثناءات المسموح بها والجهة المسؤولة عن منح استثناءات للتطبيق العام للسياسة	للزوجين استثناءات يُتفق على أن يختص بها أحدُهما، وفق ظروف محددة سلفًا أو عند مستجد أساسي
- الوظائف المسؤولة في الشركة عن تنفيذ السياسات ورصدها	المهام الرئيسية للأسرة، لناحية الدخل وشؤون المنزل، الإدارة المالية، تغيير منهجية تعليم الأولاد، ثم رصد الواقع المستجِدِّ لتطوير السياسات

مواصفات السياسة في الشركات والزواج

(1) حسن التنظيم والتخطيط (2) وضوح الغرض (3) اِستخدام لغة واضحة سهلة الفهم (4) العدل والمرونة/ والتعاون (5) الامتثال للقوانين (6) مراجعة السياسات وتحديثها

محتوى الإجراء

في الشركات	في الزواج
- خطوات تنفيذ جزئيات السياسة	كسياسة: (1) الرحلات الأسرية الرئيسية (2) تجديد السيارة
- الخطوات المتتالية بآثارها الإدارية والمالية	(1) تريب الأوضاع المالية (2) اِختيار المقصد المرغوب زيارته (3) ترتيب الخطوات اللوجستية من تذاكر سفر، تجهيز الحقائب، تنسيق إجازات الزوجين، ترتيب ذلك مع مواعيد إجازات الأولاد، تنسيق الأمور الطبية المحتملة أو الضرورية وغيرها
- المقرِّر وتوقيت القرار	المسؤول عن كلِّ جزء من المهمة، التنسيق مع الأجزاء المترابطة والمكمِّلة للخطوة، لناحية القرار وتوقيته
- التقويم اللاحق وتدوين الإيجابيات والسلبيات لتحسين قادم القرارات	مراجعة ما تم وفق ما تحقّق للأسرة من سعادة أو ضدها، وأين كانت الهفوات أو غيرها لتلافي تكرارها، مع إعطاء الأولوية في القرار لمن أتقن سابق العمل من غير

	حرمان الشريك الآخر حقه الأصيل في المشاركة مع وجود بعض التحفظات على تنفيذه المهمة السابقة

وفي بيت الزوجية:

نجد هذا الجزء (السياسات والإجراءات) فيه من التفصيل والتبسيط للخطوتين (عقد التأسيس والنظام الداخلي) السابقتين الكثير مما يسهِّل حياة الأسرة ويمنع الخلاف بين الزوجين ويجنب المبادِرَ المتصرِّفَ امتعاضَ شريكه كونه لم يخالفِ السياسة القائمة **والمتفق عليها سابقًا بتفصيلاتها**، وهذا التفويض - وفي عالم الأعمال - هو الذي يميز شركة ناجحة، عن أخرى؛ القائمون عليها أيديهم مرتعشة، وإنجازاتهم ضحلة، ونتائجهم ضعيفة، والخلافات هي الوحيدة الكبيرة بينهم.

(4)
التوصيف الوظيفي

- **الهدف** من التوصيف الوظيفي هو أن يكون هناك مخططٌ واضحٌ لكلٍّ من الواجبات والمسؤوليات **لجعل** أي عملية مباشرة ومركزة قدر المستطاع.
- **التعريف:** هو وثيقة تُعِدُّها الشركات لكلِّ وظيفة على هيكل تنظيمي، بحيث يتّضح في الوصف الوظيفي مجموعة عناصر مهمّة مثل:

	في الشركات	في الزواج
1	المسمّى الوظيفي	شريك أو شريكة
2	مكان العمل	داخل بيت الزوجية وخارجه
3	المسؤول المباشر	في كل موضوع على حدة
4	رقم الوظيفة	لا ينطبق
5	تاريخ استحداث المنصب الشاغر	لا ينطبق
6	الإدارة التي يقع بها الشاغر الوظيفي	لا ينطبق
7	واجبات الوظيفة لكلٍّ للوصف الوظيفي المعني	هنا الدقة نافعة جدًا في تقسيم المهام
8	الاهلية أو المؤهّلات	الأجدر والأكثر خبرة مقدَّم ضمن تقسيم العمل المتفاهَم عليه سابقًا ومراعاة حجم المسؤوليّات المتراكمة

هذه الرؤية السابقة بنقاطها الأربع هدفها: تنسيقيّ، تطبيقيّ، تدريبيّ مع تتالٍ عمليّ، يوفر الكثير على المعتبِر المتعِظ الراغب في النجاح في حياته الزوجية مع شريكه، رغم كثيرِ تفاوتٍ واختلافِ طبائعَ وصفاتٍ، كلّ شريك عن شريكة، تغليبًا للمصلحة بعيدًا عن أيّ أهداف ضيقة، لنرتقيَ في ممارستنا لحياتنا "أمام أنفسنا وأولادنا وأحفادنا" لمستوى الفطرة الإنسانية السليمة التي تسمو على سفاسف الأمور وصغائرها وتوافِهها التي تَحَار من سماعها عندما تنطق بها شفاه الشريك الممتعض الشاكي.

الفصل الثالث
الزواج

يستهدف هذا الفصل التوضيح والتثقيف بموضوع الزواج، (1) **التوضيح** لكثير مما نقوم به ولا نعلم خلفيته أو أبعاده، لنكون على دراية بكثير من شؤوننا واعترافًا أنّنا على جانب من ثقافة هذا الموضوع بشكل محدود وغير منسّق، ولا يرتقي لكثير من الفطرة المعرفية السليمة. (2) أمّا **التثقيف** فمِن أهل الاختصاص ومَن نلجأ إليهم عند المشكلة بهدف الوعي وتلافي الكثير مما قد نقع فيه بقليل معرفة منسقة لا تُخالف الذوق السليم وإن بكلمات أهل الاختصاص حيث لا يمكنني التدخل والتصرف علميًّا.

وتمهيدًا قبل التناول أو الخوض في التفاصيل، سأذكر مقولة تلخِّص الكثير عن خلفية تفكير الجنسين (الذكر والأنثى) في مجال الزواج نظريًّا وإحصائيًّا:

"تفكير الرجل بين لهيب الشهوة ورُهاب الالتزام، والمرأة بين حدَّي الإنجاب"

(1)
تدرّج التفكير في الزواج

تتطور نظرة الشريكين للزواج، بتغيُّر أعمارهم ونضوجهم وجهوزيتهم لاحقًا للزواج، فمثلاً نجد:

- الشريك الذكر يرى الزواج (1) في بدايات البلوغ الفحولة والقوة والقدرة على اللقاء الزوجيّ لحد الإدمان (2) مع قليل كلام عن مواصفات أسرته وعدد الأولاد الذي يرغب بأن يُرزقهم (3) ونادرًا ما نرى الرومانسية وكلام الروايات في حديثه.
- الشريك الأنثى ترى الزوج (1) الفارس المميز على الحصان الأبيض وكامل التفاصيل الرومانسية (2) مع بعض الكلام عن العائلة وحجمها ومواصفاتها (3) ونادرًا ما يكون الكلام عن شبه الإدمان للقاء الزوجيّ.

وبالنظرة السريعة نلاحظ وكأنّنا ننظر تقريبًا لتوجُّهين ومسارين متعاكسين في تكوُّن صورة الزواج عند طرفيه وتكوينها، وهذا جُلّه في **فترة ما بعد البلوغ وقبل الجاهزية** للإقدام على الزواج من قبل الشريكين، مع **التأكيد اجتماعيًّا** أنّ صوت الشباب أعلى تصريحًا فيما بينهم واجتماعيًّا، كون المجتمعات عامة والعربية خاصة لا ترفض الكلام مع الجرأة عن أمر الزواج وتفاصيله الخاصة من الذكور، عكس الحال مع الإناث ومنهنّ فنرى الصوت الأعلى لهنّ مقبولًا في بيئة الإناث الخاصة ومجتمعهنّ وليس التصريح الاجتماعي المشترك والأوسع.

أمّا **مرحلة الجهوزية للزواج**، فنرى الأمر يتّخذ الكثير من الجدّية في وضع المواصفات للشريك والسعي العملي للاختيار (وهي أهم خطوة قبل الزواج)، مع تأكيد الطرفين ولو ضمنًا على أنّه لا ينبغي لنا اختيار من تسلّينا معه أو معها، فالزواج غير الصحبة والمصاحبة.

وهذه **الثقافة** وموروثاتها بداية التناقض في حياتنا المستقبلية حتى نمسي وكأننا برمجنا عقولنا وعقول شبابنا وشباتنا على أنَّ الأمر **أمران**: الأول تسلية والثاني أزواج وزوجات، وسنحصد ذلك في حياة أبنائنا المتزوجين لاحقًا.

ونرى عواقب هذه الازدواجية مع أول تحديات الحياة الزوجية، (1) سيعيش كلُّ شريك حياته الزوجية **كمتقبِّل لها أو مُكرَه عليها** ويعيش الحياة الأخرى في عقله وأوهامه (2) إلى أن **ينزلق** أحد الشريكين لمحاولة تجسيد تصوُّراته وأوهامه أو حتى أحلامه في واقع الحياة. ومع أول فخّ صغير أو انعطافه نفسية، نرى أحد الشريكين يقع فيما يظنّ أنّه يحاكي تصوراته/ا المفترضة، ثم يكون **منزلق خراب كثير** من البيوتات العامرة ولو بصعوبة.

(2)
الزواج مجتمعيًّا

يختلف الزواج باختلاف المجتمعات، أي باختلاف نظرتها للهدف من الزواج. (1) فالمجتمعات **الحديثة المتقدمة** تنظر للزواج بمنظار فردي فهو علاقة شخصية بين رجل وامرأة لتحقيق ذاتيتهما والتعبير عن نفسيهما وتكيفهما الشخصي الفعال للوصول إلى تحقيق حاجاتهما الشخصية. (2) بينما نجد المجتمعات **التقليدية** تنظر للزواج على أنَّه نظام محدّد وعلاقة اجتماعية توجد لذاتها، وتسعى لتحقيق المصالح الاجتماعية لعائلتين، فهو لا يهتم بالمصالح الشخصية لطرفي العلاقة -الزوجين- بل يتركز الاهتمام على مصالح عائلتي الزوجين.

وعند المختصين[1]، الزواج عبارة عن علاقات متعدّدة الوجوه. فهو **علاقة مركّبة تتضمّن** النواحيَ البيولوجيّة، والدينيّة، والاقتصاديّة، والقانونيّة، والأنثروبولوجيّة، والنفسيّة، والاجتماعيّة، وغيرها. فمفهوم الزواج يختلف باختلاف هذه الوجوه، ويمكن توضيح ذلك بالنقاط التالية:

1- من الناحية **البيولوجية** يُنظر إلى الزواج على أنَّه نظام رئيس يتضمن الإنجاب والتكاثر، والحفاظ على الجنس البشري واستمراره.
2- ومن الناحية **الدّينية** يُنظر إلى الزواج على أنَّه سُنّة الله تعالى للحفاظ على الاستقرار الروحيِّ والأخلاقيِّ.
3- من الناحية **الاقتصادية** يُنظر للزواج على أنَّه يؤدّي إلى تكوين نظام لتقسيم العمل، ويتضمن التعاون الذي يؤدّي إلى تكوين وحدة إنتاجية استهلاكية.

[1] تعريف الزواج وماهيته، جامعة بابل، http://www.uobabylon.edu.iq/، بتصرف.

4- ومن الناحية **الأنثروبولوجيّة** يُنظر للزواج على أنَّه ظاهرة حضارية تطورّت منذ البداية بمراحلَ متعدِّدةِ المراسيم والصور.
5- ومن الناحية **القانونيّة** يُنظر للزواج على أنَّه قواعدُ وأساليبُ محدّدةٌ للسلوك هدفها الحفاظ على النِّظام العائليِّ بصورة خاصة، والنِّظام العامِّ بصورة عامّة.
6- ومن النَّاحية **النفسيَّة** يُنظر إلى الزواج على أنّه تفاعل بين شخصين من جنسين مختلِفَين، ويقوم بإشباع الحاجات النفسيَّة الشخصيَّة الأساسيَّة، وهدفه الوصول إلى السعادة الشخصية.
7- ومن النَّاحية **الاجتماعيَّة** يُنظر إلى الزواج على أنَّه نظام اجتماعي محدّد، وهو الأساس للتكوين العائليّ فيعدّ الزواج علاقةً اجتماعيَّةً، وتفاعلًا ديناميكيًّا مستمِرًّا مع القوى الحضاريَّة والاجتماعيَّة الأخرى، وهو ارتباطٌ ثابت نسبيًّا ومحدّدٌ حضاريًّا وُجد لاستقرار الفرد والعائلة والمجتمع.

وفي اعتقاد مجتمعاتنا العربية؛ أنْ سنَّ الله لعباده الزواج، وجعل عَقدَه مستوفِيَ شُروطِ الانعقادِ الأساسيَّة المُتَطَلَّبَةِ في عقود المعاملات الأخرى مع مزيد احتياط لهذا العقد، كالشهود، ووجودِ الوليّ، ولرسوخ التفصيل الدينيِّ للعقد، سنُركِّز في تناولنا على الجانب الاجتماعيِّ منه، وما ذاك لشيء إلا لزيادة معرفة طرفَي الزواج بخصائصه في المجتمعات المختلفة، وعند علماء الاجتماع، ممّن يصوغون الكثير من الرسائل التي توضح للمتشنجين من طرفَيْ عَقدِ الزواج؛ أنّ الأمور أبسطُ مما يظنّون، وفي تجاربِ الآخَرين مَزِيدُ عِبرَةٍ واقتناع.

تعريف الزواج في علم الاجتماع[1]:
الزواج هو اتّحادٌ مدعومٌ اجتماعيًّا يتضمن شخصين أو أكثر فيما يعتبر ترتيبًا ثابتًا ومستمرًا يَعتَمِدُ جزئيًا على رابطٍ جِنسِيٍّ من نوع ما. واعتمادًا على المجتمع، على الرغم من أنّ بعض الأزواج قد يُعتبرون متزوِّجين بمجرد العيش معًا لفترة من الزمن (كما في الغرب ومن سايرهم). على الرغم من أنّ احتفالات الزواج وقواعده وأدواره قد تختلف من مجتمع إلى آخر، فإنّ **الزواج يُعتبر ثقافة عالمية،** ممّا يعني أنّه **موجود كمؤسّسة اجتماعية في جميع الثقافات.**

ماهيّة (غرض) الزواج في علم الاجتماع[2]: على الرغم من اختلاف التنظيمات الأسرية وتعدُّدها باختلاف المجتمعات وحضارتها، إلاَّ أنَّنا نجد أساسًا رئيسًا يعتمد عليه الكِيَانُ الأُسْرِي وما يتبع ذلك من تنظيمات، وهذا الأساس **يبدأ** بالزواج **ويعتمد** على القرابة. وأشهر تعريفاته:

---
[1] اشلي كروسمان، تعريف الزواج في علم الاجتماع، https://eferrit.com ، بتصرف.
[2] تعريف الزواج وماهيته (1) - جامعة بابل، www.uobabylon.edu.iq›uobColeges›lecture، بتصرف.

1. الزواج هو "الإجراء الذي أنشأه المجتمع لتكوين الأسرة"، أو أنّه "علاقة جنسية دائمة نسبيًّا بين فردين أو أكثر، على أن تكون هذه الوَحدَةُ مقبولةً من الناحية الاجتماعيَّة".
2. بينما يرى **فريق آخرُ** من علماء الاجتماع الزواج بأنّه "النَّمطُ الاجتماعيُّ الذي على أساسه يتِمُّ الاتفاق بين شخصين أو أكثر على تكوين أسرة".
3. يُعرِّف **وليم غراهام سمنر**[1] الزواج بأنَّه "رابطة بين رجل وامرأة للتعاون على تحقيق الضروريات المعيشية وإنجاب الأطفال. ويُعرّفه أيضًا بأنَّه وَحدَةٌ بين الرجل والمرأة في سبيل النِّضال من أجل الحياة، وإنجابِ الأطفالِ في ضوء الإطار العامِّ الذي تحدّده الجماعة".
4. ويُعرِّف **وستر مارك**[2] الزواج (كما في بعض المجتمعات) على أنَّه "علاقة ثابتة نسبيًّا بين رجل واحد أو أكثر، وامرأة واحدة أو أكثر، تتضمّن الإشباعَ الجنسيَّ والتعاونَ الاقتصادي، وتتضمَّنُ حقوقًا وواجباتٍ مُعيَّنَةً تَظهَرُ في حالة دخول الطرفين إلى الاتحاد، وإنجاب الأطفال التي تعترف بها التقاليدُ أو الأعرافُ أو القوانين".

(3)
الزواج عند النفسيين

يتناول النفسيون موضوع الزواج من منظور النفس البشرية المجردة دون رابط عَقدِيٍّ أو دينيٍّ، فهم يدرسون طبيعة كلٍّ من الذكر والأنثى بأدقِّ تفاصيلها ليتعرَّفوا إلى أسباب الكثير من المشاكل بين الجنسين، ليتمكَّنوا من مساعدة الأفراد على تجاوُزِ مُشكلاتِهِمُ المُستجِدَّة.

وسنَعرِضُ، وَبِغَرَضِ التثقيفِ المتخصِّص، وبالمقدارِ الخادِمِ والنافعِ لكلِّ رَاغبٍ في التعرُّفِ إلى معلوماتٍ قد تُجنِّبُهُ العديدَ من القراراتِ أو الأحكامِ الخاطئة، كما وبالمقابل تُعينُه على رفع جُودَةِ قراراتِه بَعدَ بنائها على مَعلوماتٍ عِلمِيَّةٍ من أهلِ الاختصاص، **لإحدى أشهرِ الدِّراساتِ** في العِقدِ الثاني من الألفيَّةِ الثالثة، وهي المُتوافِقةُ وإلى حدٍّ كبيرٍ مَعَ ما سَبَقَ إعلانُه منذ قرنٍ مِنَ الزَّمانِ تقريبًا في بداياتِ التأسيسِ لهذه العلومِ إحصائيًّا وتطبيقيًّا.
هذه الدراسة مفصلةٌ في مصادرها الأصلية بكلماتٍ ولغةٍ تخصُّصيَّةٍ دقيقةٍ ولكنَّها قد تكون لا تتناسَبُ وبيئتِنا العامَّة، لذا قدَّمْنا التَّناوُلَ المُلخَّصَ للدِّراسةِ كما أوردته إحدى الصُّحُفِ العربية، كونه أكثرَ انضباطًا خصوصًا في مخاطبة جمهورنا من حيث اللفظُ وفق المادة الأصلية وإحصاءاتها، التي تشعَّبتْ كثيرًا، إضافة لشمولها جغرافيًّا ودينيًّا أغلبَ المناطقِ الأساسيَّةِ في العالم وكان لديها جانبٌ مقارَنٌ مع الشرائع السماويَّةِ الثلاث.

[1] وليام غراهام سمنر (بالإنجليزية: William Graham Sumner) عالم أمريكي؛ ولد في 1840 وتوفي في 1910 وهو من أهم علماء الاجتماع الأمريكيين، ترأس جمعية علم الاجتماع الأمريكية بعد (ليستر وارد) أول رئيس لها. صاحب كتاب" العادات الشعبية "

[2] إدوارد أليكساندر ويسترمارك (بالإنجليزية: Edvard Alexander Westermarck) (من 20 نونبر 1862 إلى 3 شتنبر 1939) كان فيلسوفا وعالم اجتماع فنلنديا. درس عدة مواضيع من بينها التزاوج الخارجي وزنا المحارم. صاحب كتاب قصة الزواج.

دراسة "لوان بريزنداين"[1]

هي دراسة علمية وأكاديمية تحدثت بمهنية عن مسألة الفارق بين المرأة والرجل في **التفكير بالجنس خلال اليوم الواحد**، حيث رصدت تلك المحاولاتُ عددَ المرات التي يفكِّرُ فيها الرجل في هذه العلاقات، وقارنتها بعدد المرات التي تفكِّرُ فيها المرأةُ في الحبّ خلال اليوم الواحد.

وكانت أهمَّ الدراسات[2] المتخصصةِ في هذا المجال دراسةُ البروفيسور "لوان بريزنداين" المنشورةُ في الولايات المتحدة الأمريكية في شهر سبتمبر/ أيلول 2011م، وقد استغرقت 10 أعوام وأجريت على أكثرَ من 500 ألف عيَّنةٍ عشوائيَّةٍ من الرّجال والنّساء من ديانات مختلفة، شملت الديانات الثلاثة المعترَفِ بها، وقد أجرتها لوان في مناطقَ عِرقيَّةٍ وجغرافيةٍ غطّت تقريبًا كلّ بقاع الأرض.

كانت الدراسة مثيرةً وفيها العديد من التفاصيل. حيث أكّدت أنّ الرجل العاديّ، **بغضّ النَّظرِ عن ديانته أو مدى تديّنه**، يفكِّرُ في ممارسة الحبّ كلَّ 52 ثانية تقريبًا، بينما تفكِّرُ المرأةَ العادية في الظروف نفسِها من مرة إلى مرتين كل 60 دقيقة، مع **وجود 19% من نساء العالم يفكِّرْنَ في الجنس مرةً كلَّ دقيقةٍ تقريبًا مثل الرجال.**

ونسبة ال 19% من النّساء اللاتي يفكِّرْنَ في الجنس مرة كلَّ دقيقة، **هنّ سيِّداتٌ طبيعياتٌ وغيرُ مُبتذَلات، ومتديِّناتٌ في أحوالٍ كثيرة**، غير أنّهنّ يفكِّرْنَ هكذا **بسببِ عواملِ تكوينِ الشخصيةِ لديهنّ**، فهنّ من فئةِ **النِّسوةِ القائدات**. والسبب وراء تفكيرهنّ مرة كلَّ دقيقة **ليس لأنّهنّ شاذاتٌ** لكنّهنّ يَرَيْنَ أخذَ المُبادرةِ في كلِّ مناحي الحياة، ومنها بالتأكيد **عدمُ انتظارِ الرجل حتى يُقرِّرَ** بَدءَ الحبّ. ولذلك، فهنّ **يُفكِّرْنَ دائمًا في قيادة الموقف**، ما يدفعُهنَّ للتفكيرِ مرةً كُلَّ دقيقة.

بينما الرجلُ يُفكِّرُ مرةً كُلَّ 52 ثانيةً بشكلٍ إنسانيٍّ طبيعيٍّ بسببِ تكوينِه الرُّجوليِّ وقيادتِه المرأةَ. وقد اجتمع الرجل والمرأة على أنّ التفكيرَ في الجنس بينهما **عاملٌ مُشتَرَكٌ** سبُبه - **حِكمَةُ اللهِ**- في خلقِه حيث يفكِّرون في الجنسِ **للتكاثر**.

جدول يلخص: التفكير بالجنس خلال اليوم الواحد

الذكر	الأنثى
مرة كل 52 ثانية (ما بين عمر 20 - 30 سنة)[3]	
إذا كانت الساعة فيها 3600 ثانية	
في الساعة (3600÷ 52)= 69.2 مرة	مرة واحدة كل ساعة

[1] البروفيسور "لوان بريزنداين" في الولايات المتحدة الأمريكية في سبتمبر/أيلول 2011، نالت التقدير من معهد "كينسي" الأمريكي الشهير بدراسات الجنس.

[2] دنيا الوطن،/https://www.alwatanvoice.com، بتصرّف.

[3] بتفصيل في بعض المنشورات الأخرى بخلاف، المصدر السابق.

الخلاصة المُبسَّطة الذكر (تقريباً) يفكر بالجنس **سبعين ضعفًا** مما تفكِّرُ فيه الأنثى

الاستثناء في 19% من النّساء يفكِّرن بالجنس **ستين مرة بالساعة،** وهي متوافرة بالنّساء القائدات (المبادِرات) وهنّ نساء طبيعيات لسن مبتذَلات أو شاذَّات.
لا تطبق منهنّ (أي 19%) الانحرافَ سِوى نسبةٍ لا تزيد علي **9% في المجتمعات الشرقية** المتديِّنة، بينما تَزيدُ النِّسبةُ لتصلَ إلي **23% في المجتمعاتِ** غيرِ المتديِّنة أو حتى المتديِّنة في دول **أوروبا وأمريكا وقارات العالم الأخرى.**

وكانت الباحثة «لوان» قد وجدت في القرآن الكريم أسانيد لدراستها في سورة "التكاثر"، التي أكّدت أنّ الرجل والمرأة، وهما المخاطَبَان في السورة، يفكّران كثيرًا في التكاثر.

ووجدت الباحثة «لوان» معانيَ أخرى في التوراة اليهودية، وكذلك في الديانة المسيحية، بشكلٍ لا يدَع مجالاً للشكّ أنّ التفكيرَ في الجنس غريزةٌ إنسانيةٌ أساسية، خُلق الإنسانُ بها من أجل الحفاظ على نوعه. غير أنّ الرجال والنّساء، طِبقًا للطبيعة البشرية العادية، اِنحرف بعضُهم، فأخذ التفكيرُ في الجنس **أشكالًا مَرَضِيّةً** تخطّتِ الحدود الطبيعية. غير أنَّ **العاديَّ كما أثبتتِ الدراسةُ هو أنّ الرجل والمرأة يفكّران طويلاً كلَّ يومٍ وعلى مدار الساعة في الجنس بينهما.**

التفكير في الجنس لدى المرأة ليس كما يعتقد البعض **بالمعني المبتذَل.** لكنّها عندما تفكِّرُ فيه، فإنّها تسرح بخيالها في **قُبلة** جميلة، أو **مُعانقةٍ** طويلة عن حبّ، أو **ملاطفة** حانية، أو **همسات** بكلام جميل. **والبعض** من النّساء يفكّرنَ في **مسَّاج** هادئ، ومنهنّ من تفكّرن في **المداعبة** التي تسبق ممارسة الحبّ (اللقاء الزوجي)، وبعضهنّ تفكِّرنَ في **الجلوس في حضن الرجل** لمشاهدة فيلم عادي معًا، **ويتحوّرُ التفكيرُ ليصل إلى مجرد العمل مع الرجل المتفهِّم بحبّ،** وكلُّها **معانٍ لا تخضعُ نهائيًّا للابتذال أو للانحطاط،** كما يمكن للبعض أن يعتقد. فالمرأة عندما تفكِّرُ في الجنس كما ذكرتِ الدراسة، ليس بالضرورة بالمعنى اَلسيئ للكلمة، لكنّ **الحبَّ لديها له أشكالٌ خاصة،** مع أنّ نسبة **الـ 19%** من النساء يُفكِّرْنَ في الجنس **بالمعنى الجريء** والوقح - إذا جاز التعبير- وكلُّها طبائعُ بشريةٌ عادية.

الدراسة أكّدت أنّ **سبب تفكير المرأة كثيرًا في الجنس خارجَ المنزل، يَنبُعُ من فشل الرجل في توصيلها لدرجة الإشباع داخل عشّ الزوجية،** وكلّما كان الرجل **فاشلاً** زاد تفكير امرأته في الجنس. حيث أكّدت الدراسة أنّ **فشل الرجل في احتواء امرأتِه،** بغضِّ النَّظرِ عن صورة العلاقة بينهما، **يدفعها بنسبة 95% للتفكير طويلاً في الجنس.** أمّا تطبيق التفكير لدى المرأة بمعنى الانحراف، فبسبب قوة شخصية النّساء عامة وتركيبتهنّ **الطبيعية لا تُطبِّق منهنّ الانحرافَ سِوى بِنِسَبٍ لا تزيد على 9% في المجتمعات الشرقية المتديِّنة، بينما تَزيدُ النِّسبة لتصل إلى 23% في المجتمعات غيرِ المتديِّنةِ أو حتى المتديِّنة في دول أوروبا وأمريكا وقارات العالم الأخرى.**

الفارق في التعليم والثقافة لم يُحدث تغييرًا في عدد المرات التي تُفكِّرُ فيها المرأة في الجنس يوميًّا، بل كان الفارق في أنّ **المرأة، غيرَ المثقفةِ** مثلاً، **ينحصر تفكيرُها** في **شكل عضلات الرجل وحجمِها وهيئتِه وملبسِه ودرجةِ ثرائه**، بينما تفكِّرُ **المرأةُ المثقفةُ** في الأوضاع الجنسية التي يُمكن للرجل الذي تفكِّرُ فيه القيامَ بها، كما **تفكِّرُ في رومانسية العمليةِ الجنسيَّةِ التي تحلمُ بها ومكانِ حُدوثِها**، وكذلك في **تفاصيلِ المكانِ** حيثُ نوعُ الأضواءِ، وألوانُ الستائرِ، ومفارشُ الفِراش، ومَلابِسُها الخاصَّةُ، والشُّمُوعُ، والرَّوائحُ المُعطِّرة، وتفكِّرُ نساءٌ مثقَّفاتٌ في ذِكرياتِ علاقاتٍ حميمِيَّةٍ سابقةٍ أيضًا في تطويرِ العلاقةِ بأنْ وضَعْنَ خططًا مستقبلية من أجل أداءٍ أفضل خلال العمليةِ الكاملةِ للحُبّ. لكنْ في النهاية، فإنّ عددَ مَرَّاتِ تفكيرِ المرأةِ في الحُبِّ واحدة.

الدراسة أثبتت أنّ **عدد المرات التي تفكّر فيها المرأة في الجنس يتسارع في فترات معينة**، ويخالف المألوف. فمثلاً، تفكِّرُ المرأة العاديةُ **غيرُ المثقلةِ** بأعباءِ الحياة والعملِ الشاقِّ **مرتين كلّ دقيقة** في الجنس خلال فترة ما **قبل الدورةِ** الشهرية لديها وفترة ما **بعد الدورة**، وتعود لتطبيقها بعد ذلك، وربّما لا تفكِّرُ في الجنس إلا **كلَّ ساعةٍ في فتراتِ الإرهاقِ** والتعب، معَ أنّها تظلُّ **تفكِّرُ** في الجنس حتى **وهي مريضة**، **فالهرموناتُ لدى المرأة هي سِرُّ الاشتعالِ السريع**.

وإذا كان **الرجل قائدًا جيدًا وذكيًّا، فعليه أن يختارَ تلك التوقيتاتِ** كي يتمكّنَ من غزوِها بسهولة. **فالحبُّ والجنسُ** يحتاجان إلى **معلوماتٍ ومخابراتٍ ذكورية** من نوع خاص يجمع فيها الرجل عن المرأة البيانات، ومن البيانات يُخطِّطُ للعبِ على أوتارِ قلبِها. وبينما يفكِّرُ البعضُ بدناءةِ الرِّجال، فإنّ **الدِّراسةَ موجّهة أساسًا للرجال والنّساء في علاقاتٍ طبيعيةٍ وشرعية، والهدف هو كيفيةُ إسعادِ كُلِّ طرفٍ، الطّرفَ الآخَر**.

الحالة الاجتماعية كانت كذلك مؤثرةً في عدد مرات التفكير في الجنس لدى المرأة والرجل. فالرجل والمرأة **غيرُ المرتبطَين** يُفكِّران **بعددٍ مُضاعَفٍ** في الجنس **عن المرأة والرجل المتزوجَين**. <u>والعمرُ هنا لا يهمُّ</u> كما يعتقد البعض، **فالمرأة في سن 20 تفكِّرُ في الجنسِ مِثلُها مثلُ المرأة في سن ال55**. أمّا مَن لا تفكِّرُ في الجنس، فتحتاج إلى الذّهاب لأقرب طبيب نفسي، لأنّ هناك مشكلةً نفسيَّةً واضحةً لا جدال عليها، حتى إنّها تُخالفُ الكتبَ السماوية (في رأي الباحثة) التي أشارتْ إلى أنّ الإنسانَ الطَّبيعِيَّ يُفكِّرُ في الجنس كثيرًا.

المُثيرُ أنّ الدراسة أكّدت **تفكيرَ الرِّجالِ في المرأةِ كموضوعٍ جنسيٍّ بحت**. حيث كشفت عيِّناتُ البحث **تفكيرَ 95% من الرجال في المرأة كجسدٍ أنثويٍّ** جذَّابٍ للرجل مهما حاول التظاهرَ بأنّه **متديّنٌ ومحافظ**، ومهما كان سِنُّ أو عمرُ أو **حتى شكلُ المرأةِ** في محيطِ مكانِه فهو يفكر فيها سرًّا ويتخيَّلها كثيرًا كشريكةٍ في عمليةٍ جنسِيَّة، **وهو ما يؤكد شُذُوذَ العقلِ الرُّجوليِّ** (مع التحفُّظِ على اللفظ) **عند مُعظمِ الرجالِ بالعالم، حتى مَن يُمثِّلُ مِنهُمُ الثقافةَ**

والتحضُّر. ففي النهاية، **لا يُمكنُ للرجلِ أن يَشُذَّ عن حدودِ الطبيعة** فهو يسعى وراء المرأة أينما كانت، ومهما كان شكلها.

وقد نالت دراسة البروفيسور "لوان بريزينداين" **التقدير من معهد "كينسي" الأمريكيّ الشهير بدراسات الجنس،** واتفقت دراسة لوان مع المعهد في النتائج فقد **أظهرت دراساتٌ مشابِهةٌ** لديهم أنّ هناك نسبة 54% من الرجال يفكّرون في الجنس مرة كلَّ 52 ثانية، وهؤلاء من النوع الذي لا يوجد لديه مشاكلُ ماليَّةٌ أو مشاكِلُ ومخاوِفُ من أيِّ نوع، بينما يفكِّرُ الجزءُ الباقي من الرجل وهو 46% في الجنس بشكلٍ أقلّ، وتحديدًا مرة كل 10 دقائق بسبب ضغوط العمل.

أمّا المرأة، فقد توصّل معهد «كينسي» أيضًا لنسبة ال 19% من عاشقات التفكير في الجنس مرة كلَّ دقيقة، بينما كانت النسبة الباقية وهي 81%، يفكّرنَ في الجنس مرة كلَّ 10 دقائق يوميًّا بغضِّ النظر عن التفاوت في العمر بين العيِّناتِ التي خضعت للدراسات.

دراسات أخرى عن التفكير بالجنس

(حسب معهد "كينسي" الأمريكيِّ الشهير بدراسات الجنس)

الذكر	الأنثى
54% كل **52** ثانية (ممن لا يعانون مشاكل مالية أو مشاكل ومخاوف أخرى)	19% كل دقيقة
46% كل 10 دقائق بسبب ضغوط العمل	81% كل 10 دقائق بغض النظر عن التفاوت في العمر

علماً أنّ الدراسات أُجريت بطريقة الإدلاء بمعلومات سرية لم يُذكَرْ فيها أسماء أشخاص العيّنات، بل ركّزت على العمر والثقافة والحالة الاجتماعية ودرجة التديُّن وعدد الأطفال، إنْ وُجد، وسنواتِ الزواج ونوعِ العمل والرَّغَباتِ الجنسية المختلفة.

وأثبت البحث بشكل قاطع أنّ **الرجال يفكِّرون في الجنس على مدى الـ 24 ساعة،** ولو طال اليوم لفكّروا في الجنس أكثر. وتوصلت الدراسة إلى أنّهم يفكّرون مرة كلَّ 52 ثانية، وأنّ بعضَهم يفكِّرُ مرَّةً كلَّ 5.2 ثانية، غير أنّ ذلك النوعَ **يحتاج إلى علاجٍ نفسيٍّ** لأنّه كابوس وكارثة جنسية.

التفكير بالجنس عند

الرجل العادي	الرجل المحتاج لعلاج نفسي
مرة كلَّ 52 ثانية أي 96 مرة بالساعة	مرة كل 5.2 ثانية أي 692.3 مرة بالساعة

الدراسة أكّدت أنّ **الرجل أيضًا يشتعل عن طريق الصورة أولاً، أمّا المرأة فالاشتعال الجنسي عندها يبدأ بالكلمة المؤثِّرة،** وربّما "الشات" العادي على شبكة الإنترنت يمكن أن

يُثيرَها، بينما الرجل لا يبدأ الحركة إلا بعد مشاهدة صورة أو مقطع أو مشهد ترتدي فيه المرأة ملابس يراها من وجهة نظره مثيرة.

الدراسة تؤكد مقولة المجتمع

"الرجل يعشق بعينه والمرأة تعشق بأذنها"

الذكر	الأنثى
تستثيره الصورة	تستثيرها الكلمة

للرّجل في جسد المرأة ثلاثُ مناطق هي هدف نظرته الأولى: النِّصف السفليّ من الأمام، والخلف، والصّدر. أمّا **المرأة، فلها في الرجل** هدفٌ موحَّد **في صدره وعضلات كتفيه**.

مناطق الاستثارة (هدف النظرة الأولى)
في الشريك مركَّزةٌ عند

الذكر	الأنثى
في النِّصف السفليِّ الأماميِّ والخلفيِّ للأنثى	صدر الذَّكَر
صدر الأنثى	عضلات أكتاف الذَّكَر

المؤسف أنّ الدراسة أكّدت أنّ **الرجل خائنٌ بطبيعته** (بتحفّظ مِنّي) وأنّ هناك نسبةً تجاوزت الـ 60% يبحثون عن الجنس لدى أيِّ امرأة، بينما فضّل 40% الجنس مع الزوجة أو الحبيبة والعشيقة الواحدة. أمّا النّساء، فقد فُزْنَ في تلك النقطة. فهناك أكثر من 77% تُفضّلنَ الجنس مع الزوج أو الحبيب والعشيق الواحد، بينما فكّرت النِّسبة الأخرى وهي 23% في عمل علاقات جنسية خارجية بحذر.

العلاقات داخل الزواج وخارجه عند

الذكر	الأنثى
60% يميلون لعلاقة خارج الزواج	77% يحرصنَ على العلاقة داخل الزواج
40 % يحرصون على العلاقة داخل الزواج	23% يَمِلْنَ إلى علاقة خارج الزواج

وأكّدت الدراسة أنّ **الطّرفين الشاذّين يخرجان عن المألوف** إنسانيًّا. فالرجل الطبيعي والمرأة الطبيعية يبحثان عن الجنس لدى الشريك الشرعيّ مهما كانت نوعية العلاقة، وهل هي مسجلة في عقد زواج أم هي علاقة مستقرة. أمّا الطّرفان الشاذّان اللذان يبحثان عن العلاقة خارج الإطار الشرعيّ فنصحتهما الدراسة بالذهاب إلى أقرب طبيب نفسي.

وحذّرت الدراسة المرأة والرجل من **خطر يكمُنُ في** الطبيعة البشرية للجنسين معًا وهو العين، حيث أكدّت أنّ الجنسَ يبدأ أولاً من نظرة العين، وليس بأيّ طريقة أخرى.

وأكّدت البروفيسور «لوان» في الدراسة أنّها وجدت في الأديان السماوية السرّ في العين. حتى الإسلام ذكر ذلك بوضوح عندما أسند فعلَ الزّنا للعين البشرية لدى الرجل والمرأة، ووصفُ النَّظرةِ بالزّنا في الإسلام أثبت أنّ تلك الديانة أصيلةٌ بامتياز. فقد أجمعت كلُّ دراسات العالم أنّ **خطر انحراف المرأة والرجل** خارج المنزل **يبدأ من النظرة الأولى** بينهما. (أ.هـ)

الفصل الرابع
الزوجان (الشريكان)

الزوجان كائنان اختصّهما اللهُ بصفاتٍ وطبائعَ وغرائز، وأرشدهما بقويم السبل للتفاعل معها بما يحفظ النفسَ والنوعَ والفِطرةَ السليمة وحذَّرَهما من التجاوز، ودعاهما لِطِيبِ العِشرةِ والمودَّةِ والرّحمةِ فيما بينهما.

وجعلهما شركاءَ نجاح، فالشركاتُ العالمية (خِدمَاتٌ، سِلعٌ وغيرُها) كلُّها حريصةٌ على الاستمرار ولا توجد شركةٌ ترغب في خراب بُنيتِها، وضَيَاعِ سُمعتِها، أو خَسارةِ مُنجزاتِها وَحِصَّتِها السُّوقيَّة، وجميعها تعمل وَفقَ قاعدةٍ ذهبيَّة **"عامِل موظَّفَك كما تحبّ أن تُعامَل"**. فموظفك هو من يهتمّ بالزبائن، والشركة بدون زبائن لا شيء. هذا بالطريقة التجارية، أمّا ترجمتها بالطريقة الأُسْريَّة فـ **"لا نجاحٍ خارجي دون اهتمامٍ وتألّقٍ داخلي بتعاون الطرفين"**، أي اهتمَّ بداخلِك وسريرتِك أولاً، وثانيًا بشريك/ة الحياة، كي تحصُدَ نجاحَ الحياة الزوجية والأسرية والعائلية بمراحلِها التمهيديَّةِ والمتوسِّطةِ والمتقدِّمة، وبعدها ستشعر (بما تنعَمُ به كُبرياتُ الشركات) بنعيم صحبةِ الشريكِ وجمالِه عندما تعودان كما بدأتما الشريكين الوحيدين، أي بعد مغادرة الأولاد المنزل وبنائهم بيوتاتِهِمُ الخاصة.

فمن يستسهلُ الحكم على ظاهر النجاح عند الآخَر، هو لا يعرف كم ضحّى الناجحُ ليكونَ حيث هو اليوم، فالوقوفُ على رأس السُّلّم سبقه صعودُ كاملِ دَرَجَاتِه.

وكذا البيوتُ التي نتغنَّى بها اليوم، مرت بما لو ذُكِرَ لنا لَوَسِعَتْ تفاصيلَه المجلداتُ "عَناءً ومُجاهدةً واجتهادًا وسُرورًا ولحظاتٍ غامرة" كما في قصةِ فريدةَ ونادرٍ السابقةِ في الصفحاتِ الأولى.

اختصارًا: شريك الحياة هو شريك النجاح، وحرصكما على بعضكما بمقام الثروة الحقيقية الواسعة التي لا تُفنيها متطلّباتٌ هنا أو هناك. والغالبية سيقولون: **الكلام جميل، ليت شريك الحياة يُطبِّق هذا**، هنا عليك مُواجَهةُ نفسِك لارتكابِكَ خَطأَين بمقولتِك:

- **الخطأ الأول:** هو أن تنتظرَ من الآخر أن يُسعِدَك، أن يُحقِّقَ رَغباتِك، أن..... والصحيح؛ عليك البَدءُ بذاتِك فينعكِسُ ذلك على الشريك وعليكما وعلى حياتكما معًا، الحرص والإصرار على النجاح لا بدّ من أن يكون من طرفَيِ المعادلة حتى وإن

قصَّرَ أحيانًا أحدُهما فالآخَرُ يُلبِّي لِثِقتِه أنَّ الشَّرِيكَ سيُعوِّضُ لاحقًا، وقد تنقلِبُ الأُمورُ في أيٍّ لحظةٍ فيُسانِدُك كما ساندته، هذه الغَيرةُ على النَّجاحِ مُعدِيةٌ ومُفيدَةٌ وقد تكون حانيةً وحنونةً عندما تتقاعَسُ أو تَعجَزُ إمكاناتُ الشريكِ مَعَ صِدقِ نِيَّتِه، فهنا المَكسَبُ مُضاعَفٌ، **نَجاحٌ وَوَلاءٌ** مِمَّن لم تَترُكه عِندَ عَثْرَتِه.

- **والخطأُ الثاني**: تَركُ المُبادأةِ والمُبادَرَةِ الجَاذِبةِ والمُعدِيَةِ للشَّرِيك، لِيُلاقِيَكَ على تَقاطُعِ النَّجاحِ والإنجاز.

(1)
المَورُوثاتُ المجتمعِيَّة[1]

البيئةُ المجتمعية للشريكين يَحتضنُهما الكثيرُ مِنَ المُورِثاتِ "العُرفِيَّةِ والاجتماعِيَّة"، وبعضُها مُخالِفٌ للدِّينِ والقانون، وتَنهمِرُ كَسَيْلِ المَطَرِ وفي قَصِيرِ الوقتِ على كلا الشريكين دون سابقِ ثقافةٍ بها، في غالبِ الأحيان، وتُغرِقُنا في كثيرِ كلامٍ وأمثالٍ وعاداتٍ وأعرافٍ يَصعُبُ هضمُها أو توظيفُها بما يَخدُمُ الشَّرَاكَةَ الأُسْرِيَّة، وقَد نُصبِحُ أسرى لها مع الوقت دون سابقِ تخطيطٍ أو تنظيمٍ أو حتى تنسِيق، وهي مُفرداتٌ غريبةٌ في مُعادلةِ الزواجِ التي قد تتنافَرُ مُركَّبَاتُها الكِيمائيَّةُ فنحصُدُ بَعدَها ألَمَ المُحاوَلةِ مِنْ جديد، هذا إنْ خَرجَنا دونَ جَسيمِ أضرار.

والعائلات، بغضّ النّظرِ عن دافعها، تُلبِسُ أولادَها جُلَّ هذه المَورُوثاتِ بِلا طائل (1) كمن يُضاعِفُ الكُلَفَ في بدايات النَّشاط، ثمّ يسأل لِمَ جاءت نتيجة الأعمال سالبةً أو غيرَ جيدة، أو (2) كمَنْ يُثقِلُ بالأوزانِ إنسانًا بالكاد يُحاوِلُ أن يَطفُوَ على سَطحِ الماء، وكلُّ هذا خِلافُ الرُّشدِ في التعاملِ والرَّشادِ في الإدارة.

وهذه الموروثات تشمل كلّ نواحي الزواج قبل وخلال وبعد وبتشعبات علاقاتها، منها السلبيٌّ ومنها الإيجابيٌّ. والسلبي نورده كحديث تتناقله الألسن وتهتف به الشفاه، وليس تبنيًا منّا لمضمونه الذي منه ما يخالفُ الدِّين والعُرْف والقانون إلى غير ذلك، مع تشجيعنا لكلّ إيجابيٍّ عمومًا، وسنكتفي هنا بالأبرز فيما خصّ (الزواج، الزوجة والزوج). وسينقسم استعراض الموروثات في كلٍّ منها إلى شِقَّينِ "سلبي وإيجابي":

أولاً: الزواج:

1. السلبيٌّ:

- شكسبير: لا تطلب الفتاة من الدنيا إلّا زوجًا، فإذا جاء طلبت منه كلَّ شيء.
- برنارد شو: تَقلَقُ المرأةُ على المستقبل، حتى تجدَ زوجًا، ولا يقلقُ الرجلُ على المستقبل إلّا بعد أن يجدَ زوجتَه.

[1] سلمى فرحات، ما قيل عن الزواج، وأزهار البستنجي، أجمل ما قيل عن الزوج، وسامر حمدان، أجمل ما قيل عن المرأة والرجل وعبارات جميلة عن الزواج وأجمل ما قيل عن الزواج، وحامد الصفدي، عبارات حب قصيرة وكلام عن الحياة الزوجية، وزين سليم، أجمل ما قيل عن المرأة، وحلا مرعي، كلام جميل جداً للزوجة، وريم الصغير، كل ما قيل عن المرأة، لينا عبد الفتاح مهدي، أجمل كلام للزوجة ، ودعاء سامح ابو الراغب، أجمل كلام عن الزوجة الصالحة، ورزان بسام لافي، أقوال وحكم عن الزوجة الصالحة، وكوثر علي الحويطات، أجمل العبارات الزوجية، https://mawdoo3.com، بتصرّف.

- سقراط: عليك السعي طلباً للزواج بشتّى الطرق، فإنْ حصلت على زوجة جيدة، فستصبح سعيدًا، وإنْ حصلت على زوجة رديئة، فستصبح فيلسوفًا.
- هيمانت جوشي: بعد الزواج يصبح الزوج والزوجة كوجْهَيْ عملة، لا يستطيعان مواجهة بعضهما، ومع ذلك يبقيان معًا.
- زينون الإيلي: الزواج هو الشرّ الوحيد الذي يُبحث عنه.
- الزوج الأصمّ والزوجة العمياء هما أسعد الأزواج.
- الفتاة تبكي قبل الزواج والفتى يبكي بعد الزواج.
- في الزواج افتح فمك مرة واحدة وجيوبك دائمًا.
- السعادة في الزواج ما هي إلا محض صدفة.
- الزواج مغامرة تشبه الدخول في حرب.
- الزواج: معاهدة تبيح للمرأة احتلال منزل الزوج على أن يدفع الزوج نفقات ذلك الاحتلال.
- الزواج هو التضحية بشخصين من أجل إسعاد شعب لمدّة ساعتين في قاعة أفراح.
- الزواج: هو الشيء الوحيد الذي ينقل المرأة من عالم الخيال إلى عالم الواقع.
- الزواج: أفضل الطرق لمعرفة الأشياء التي يكرهها الرجل في المرأة.
- تمسّك بنحسك حتى لا يأتيكَ أنحسُ منه.
- الحب حديقة مزهرة، والزواج حقل شائك.
- يَفسَدْ الزواج عندما تصبحُ الدجاجةُ فيه ديكًا.
- لا تحزن إذا فاتك قطار الزواج، فأنْ يفوتك خيرٌ من أن يدهسك.
- الزواج قلعة محاصَرة، من كان خارجها يودّ الدخول إليها، ومن كان داخلها يودّ الخروج منها.

2. الإيجابيُّ:

- إذا نجح زواج ابنتك فقد كسبت ابنًا، وإذا فشل فقد خسرت بنتًا.
- الزواج الناجح هو المبنيُّ على إعطاء الواجبات، وليس على أخذ الحقوق.
- الزواج عن حبّ يعني أن تتمنّى المرأة أن يكون مولودها ذكرًا يشبه أباها، وأن يتمنّى الرجل أن تكون المولودة أنثى تشبه أمَّها.
- الزواج الناجح يتطلب الوقوع في الحبّ مرات عديدة، مع الشخصِ نفسِه دائمًا.
- لا توجد زوجة كاملة ولا زوج كامل، وحتى تنعَمَ بالهدوء والاستقرار في حياتك تعلم فنّ التسامُح والتنازل والتغاضي.
- الزواج السعيد له عيدان، عيد ميلاد روحين، وعيد زواج جسدين.
- الزواج السعيد تحيّته ابتسامة، وحديثه قُبلة، ودواؤه همسة.
- أساس الزواج الصحيح التفاهم المتبادَل.
- النجاح في الزواج لا يحتاج إلى أن تتزوَّجَ الشخصَ الصحيح، النجاح يتطلب أن تكون أنت الشخصَ الصحيح.
- الزواج التعِسُ لا ينقصُه الحب، بل تنقصُه الصداقة.

- الزواج يفتح باب الرحمة، وباب الرزق، وباب السعادة، وباب النجاح، وباب الثواب، وباب الجنة، ويُغلق باب الفشل، وباب العِقاب، وباب النّار.
- الصداقة بين الزوجين تحوِّلُ الزواج العادي إلى زواج جيّد، والزواج الجيّد إلى زواج عظيم، والزواج العظيم إلى زواج لا مثيل له.
- لا وجود لزواج عظيم أو جيّد خارج دائرة الصداقة بين الزوجين.
- الزواج شركة مشاعة، فإمّا أن يربحا معًا، أو تنهار الشركة على رأسيهما معًا.
- الزواج يتطلب التضحية، ولكنَّ المشكلة، في الزيجات الفاشلة، أنّ كلّ واحد من الشريكين يتوقّع أن تأتيَ التضحية من الطّرف الآخر.
- الزواج الناجح هو الذي يحاول فيه الزوجان أن ينتصرا به، لا أن ينتصرا فيه.
- أحيانًا يكون الزواج ثمرة الحبّ، وأحيانًا يكون الحبّ ثمرة الزواج، وفي الأول يرحل الزواج مع رحيل الحبّ، أمّا في الثاني فالحبّ باقٍ ما بقي الزواج.
- الزواج، ليس هروبًا من حياة الوحدة، بل رغبة في حياة المشاركة، فالزواج مسؤوليّة أكثر ممّا هو ملهاة.

ثانياً: الزوجة

1. السلبيُّ:

- تتألق المرأة من أجل امرأة أخرى، وتتزوّج لأنّ غيرَها سيسبقها إلى الزواج، وتعتني بمنزلها لتبدوَ نظيفةً أمام زائرتها، ولولا هذا لكان للمرأة شأنٌ آخر.
- للزوجة: الحياة فيها الحلو والمُرّ، وفيها مسؤولية فأقبلي عليها وأنت متهيئةٌ نفسيًّا.
- قوّة الزوج بدماغه وقوة الزوجة بدموعها.
- تِسعَةُ أعشارِ المرأةِ دهاءً والعَشْرُ الآخرُ فِتنة.
- المرأة بتغلب 100 شيطان وكل 100رجل تـ يغلبوا امرأة.
- زوجك على ما تعوّديه، وولدك على ما تربَّيه.
- زواج وزوّجتك، حظّ من أين أشتري لك؟
- الرجّل لو كان فحمة، وجوده بالبيت رحمة.
- من يحلف كثيرًا يكذب كثيرًا.
- المَيّ والنّار ولا حماتي في الدار.
- الحياة في نظر الطفلة الصغيرة صياحٌ وبكاء، وفي نظر الفتاة اعتناءٌ بالمظهر، وفي نظر المرأة زواج، وفي نظر الزوجة تجربة قاسية.
- إذا كنتِ وحشة كوني نغشة، وإذا كنتِ بشعة كوني مهضومة.
- تضيع سعادة المرأة إذا كانت لا تستطيع أن تعتبر زوجها كأفضل صديق لها.
- أصوم وأصوم وأفطر على بصلة.
- ماذا تفعل الماشطة بأمّ الوجه العكر.

2. الإيجابيُّ:

- إنّ السعادة الزوجية في يد الزوجة أكثر مما هي في يد الزوج.
- الزوجة مِفتاح البيت.
- المرأة الصالحة خيرٌ للرجل من عينيه ويديه.

- المرأة الصالحة تشبه الأم والأخت والصديق.
- المرأة الصالحة لا يعدلها شيءٌ لأنّها عَونٌ على أمر الدنيا والآخرة.
- الزوجة الصالحة أمانٌ في النفس، وراحةٌ في القلب، وسعادة في الحياة، أمّا نقيضها فتَعَبٌ في النفس، وجُرحٌ في القلب، وشَقاءٌ بلا حدود.
- المرأة الفاضلة تُلهمك، والذكية تثير اهتمامَك، والجميلة تجذُبك، والرقيقة تفوزُ بك.
- المرأة الفاضلة صُندوقُ مجوهرات يكشف كلَّ يومٍ عن جوهرةٍ جديدة.
- الزوجة الأم: التي تحتوي، وتَعطِفُ، وتسامح.
- الزوجة الصديقة: هي التي تشارك، وتتفاني في حبّ الزوج، والعائلة، وتكون معهم، وتحزن لحزنهم، وتفرح لفرحهم.
- الزوجة الابنة: هي التي دائمًا تنظر إلى زوجها كقدوة، وتساعده في الأمور لتيسِّرَها، وتثق به دائماً، وتحتاج إليه، وتقدِّرُه.
- الزوجة الحَنون: هي التي يتمناها أيُّ رجل، فهي مَن تعيد للرجل حيويته ونشاطه، ولها القدرة على أن تُخرجَهُ مِنْ عُزلته رغم كلِّ همومه ومتاعبه.
- الزوجة العاقلة: تسعى إلى أن تكون أُولى نساءِ زوجِها، لأنّ رغبتها في أن تكونَ الوحيدة وَهمٌ من الأوهام.
- المرأة هي أكبرُ مربّية للرجل، فهي تعلمه الفضائل الجميلة، وأدب السلوك، ورِقَّة الشعور.
- كوني الملجأ الذي يُهرع إليه وليس الجحيمَ الذي يهرب منه.

ثالثاً: الزوج

1. السلبيُّ:

- شكسبير: الزوج كالمصوّر، يريد من زوجته أن تبتسم.
- من يتزوج المرأة يتزوج الدُّيون.
- لا يُضايق الرجالَ من الزواج إطعامُ فمٍ آخر، وإنّما الاستماعُ إليه.
- المتزوج طالع عتال ونازل زبال.
- تذهب الرّيح بالمَهر وتبقى البشاعة.
- صهر سند ضهر، وصهر مجرفة للقبر.

2. الإيجابيُّ:

- الزوج الحبيب يجعل زوجته أميرة وصاحبة سمو، وكأنّ الدنيا كلَّها بيديها.
- الزوج الحبيب هو الرجل الذي يعيد لزوجته طفولتها مرة أخرى.
- الزوج الحقيقي هو الذي يستطيع أن يزرع الجمال في قلب المرأة.
- الزوجة قمر البيت الذي لا يَشِيخ، والزوج شمسُه التي لا تغيب.
- الرجل الذي لا يَغفِرُ للمرأة هفواتِها الصغيرة، لن يتمتَّعَ بفضائلها الكبيرة.
- أذكى الأزواج وألطفُهم معشرًا، هو الذي ينادي زوجته مهما بلغ بها العمر يا صغيرتي.

- قبل أن تبحث عن نصفك الآخر، تأكّد من أنّ نصفك الأول مكتملٌ ومستعدّ للنّصف الثاني.
- المرأة أحلى هدية خصّ اللهُ بها الرجل.
- للزوج: عِش بطبيعتك إذا دخلتَ على زوجتك.
- زوجتي؛ قواعد السعادة أربعة: أنتِ، وابتسامتُكِ، وكونُكِ بخير، وكونُكِ بقربي.

(2)
الثقافة الزوجية

تختلف ثقافة شركاء الزواج باختلاف المجتمعات، فنجد بيئة مجتمعات شرقي وجنوب شرق آسيا أعلى ثقافة زواج مسجَّلة، لدرجة أنّ من يتزوج من تلك المناطق وهو من خارجها (1) إمّا واعٍ مُدرك، فينال جمالَ المتعة الزوجية وبناءَ الأسرة السويّة، (2) وإمّا غيرُ مُدركٍ لهذه الثَّقافة فيُسيءُ الظنَّ بزوجتِه، وذلك لعُمقِ تفاصيلِ معرفةِ الزَّوجاتِ في إمتاعِ الأزواجِ وطبعًا إمتاعِ أنفسهنّ. فنرى الأنثى خبيرة في حالات طبيعةِ حرارة الأجساد وأوقاتِها، فضلاً عن اختلافِ الأمزجة وغيرها، فمجتمعاتهم ومؤسّساتهم وأهليهم حرَصُوا على تثقيفِهم بسببِ بقاء الحياة الزوجية الأصيل وهو الاستمتاع، يليه تدبيرُ شؤونِ المنزل. وقد وظّفوا اليوم هذا الموروثَ الثقافيَّ في قوالبَ تِجاريَّةٍ ذاتِ طبيعةٍ خِدماتِيَّةٍ مِنَ المسّاجات وصولاً لمعالجة دقيقِ المشكلات الخاصة جدًّا بين الزوجين. ونرى إقبالَ الغربِ غيرَ العاديِّ على مثل هذه الأنماط مِنَ الخِدْمَات، الذي يُظهِرُ عُمقَ المَعرِفَةِ بالجسدِ وأحوالِه وطبائعِه واختلالاتِه.

في حين نجد الغرب اعتمد بعد منتصف القرن العشرين سياسة المباشرة الفاضحة التي تُسقط الكثير مما يُتعَارَفُ عليه أنّه من الحياء الفطريِّ والإنسانيّ، وقد وظَّفوا نهجهم وسياستهم بطريقة تجارية، أُسقطت على المجتمعات حتى استغرب الأجداد وأحيانًا الآباء ثقافة الأولاد المستنكَرَةِ البعيدة عن أيِّ فكر يجمع بين المتعة وصالح الجسد.

وفي المجتمعات العربية نجد شدّة الحياء أورثتنا ما نكاد نُسمّيه رذيلةَ الاستمتاعِ الجسديِّ، وهي خلافُ الفطرة الإنسانية والدينية السليمة. فنجد أنّ العديد من الأمهات تَربّي بناتها بأبعد الحدود على تعلُّمِ الطبخ وشيءٍ من ترتيب المنزل، أمّا ثقافة الاستمتاع فأندر من النادر وإنْ لاحَ منها شيء، فنجده يُعَنوَن "أنّ اللقاء الزوجي شيءٌ دنيءٌ هدفُه التكاثرُ فقط وحصرًا"، وأنّ البنت الأصيلة هي التي تُنكِرُ التفاعِلَ الفِطرِيَّ للقاءِ الزوجيِّ وتتجنَّبُه. ويُشتَهَرُ بين الثقافاتِ القائمةِ اليوم "أنّ بنتَ الأصلِ لا يَسمَعُ صوتَها الحصير". طبعًا المَنطِقَةُ العربية نهضت حديثًا من فَقرٍ مُدقِعٍ، فبالكاد كانت البيوتُ لديها الحصيرُ من القشِّ وأمثاله وكان مَبيتُ الأزواجِ عليه وكذًا لقاؤهم الزوجي، فانظروا لأثرِ هذا النَّمطِ من الثقافة أنّ أقل صوت لا ينبغي أن تُصدِرَهُ المرأة الملتصقة بالحصير حتى لا يُقالَ عنها: أنّها غير مؤدّبة، وقد جُعِلَ هذا مقياسًا يُوصَى به الذكورُ لمعرفةِ أدبِ مَنْ تزوّجوا. وعلى النقيضِ

تسمع الإناث تُصرِّحُ وتقول في المجالس المتخصصة والضيقة؛ أنّها لا تستطيع التعبير لا جسديًّا ولا شفهيًّا ولا غير ذلك، لزوجها عمّا تعاني من احتياجٍ حلالٍ أباحه الدِّين والقانون والعُرف، خشيةَ أن تُتّهم من زوجها بأنّها ذاتُ خبرة، وهي لفَظة ذات مدلول غيرِ شريف عن خلفية الأنثى. كلُّ هذه الأخلاط والمغالطات وغيرها أورثت البيوتات المشاكلَ الكثيرة التي أدَّت إلى خراب الكثير منها، وشرَّدت العائلات، وأورثت الأولاد عقد الآباء والأجداد، وفسخت الأسر والعائلات والقبائل بتحزّبِ كلّ طرف لابنه في الخلاف الزوجي.

ليس هذا فحسب، بل ورث العديدُ من الإناث أنّ طلب شريكها اللقاء الزوجي وهي حامل عامة مستغرَب ولا حاجة له. وأبعد من ذلك مجرّد أن يُميِّزَ الأولادُ، ترى الشريكة تُقرِّعُ زوجها "بأنّك لا تستحي، أولادك أضحَوا مميِّزين، أو أعمق أصبحوا شبابًا، اِستحي على كبرتك" هذه النوعية من الشريكات بثقافتها كونُ الإنجابِ حصل، فمقصود الزواج انتهى عندها، دون أن تفْطِنَ إلى أنّها تلفظ حكم الإعدام على أمر غيرِ مُجرَّم، وأنتم أدرى بما يترتب على هكذا أفكار وقرارات. "وللإنصاف، نجد في الجهة المقابلة الشريك الذّكَر، يُنكِرُ على زوجته طلبها للقاء الزوجي **وقد انقطع إنجابها**، وهو بتفكيره أيضًا أعدم حقًّا طبيعيًّا فطريًّا بسبب ثقافة غير سويّة".

وعلى النقيض من ذلك نجد أنَّ مجتمعاتنا، قد أورثت الذكور كلَّ معاني الفحولة ومقاييس الاستمتاع ولو بخشونة التعامل من الشريك الشرعيِّ في الزواج، من باب إثبات الذات والقدرة الجنسية، وغير ذلك من مركَّبَاتٍ فكرية هشة أسقطتها وسائلُ الإعلام والأفلامُ العادية قبل المرذولة، وغدا الكثير من شبابنا مع عمق المعرفة وإتاحتها مكشوفين لشركائهم الإناث داخل القفص الزوجي.

فما عاد الشريك الذّكر يرضى بما ورثته الأنثى كونه خلافَ ما تثقف به حديثًا، من صورة اللقاء الزوجي بأنّه حلبة صراع وتأوّه وصراخ، وما عادت الشريك الأنثى تقبل أن لا تعامَل بالرومانسية والأناقة في مشاركة اللقاء الزوجي، فضلاً عن رفض الكثير من الإناث العديد من الوضعيات وطلبات الأزواج التي تجد فيها امتهانًا لشخصها وأنوثتها وإنسانيتها، هذا الوافد الجديد من الثقافة المتدفقة بأشدَّ من السيل لم يهضمه شريكا الزواج تمامًا ولا بدرجات متقاربة، بل التفاوت يتزايد بتفاوت المعرفة والاطلاع العلمي والتثقيفي. فاستجدَّ لدينا سبب جديد للخلاف بين الزوجين بأنّهما لا يفهمان بعضهما، بعكس العديد من الأزواج ممن تشاركوا المعرفة وتعاونوا بعقلانية على رسم خارطة ما يناسبهما من هذا الوافد الجديد إن لحياتهما عمومًا أو للقائهما الزوجي.

والناظر في خلافات الأزواج حديثًا والمتصفح لها، وفي كلام المجالس الخاصة للجنسين يجد قبيح الكلام "نعم، نعم داخل مجتمعاتنا العربية"، بأنّ زوجتي لا تتجاوب معي، أو بالمقابل زوجي لا يرضيني، إلى غير ذلك من الكلام الذي نفضل عدم ذكره، وفي كل يوم نمط جديد من الخلافات المتزايدة، وفي كثير من الأحيان غير المفهومة من الآخرين، وتملأ

المحيطِين الدهشةُ كيف أنّهما لا يتعايشان؟! وهما المثقفان أو الميسوران أو المتوافقان اجتماعيًّا وغير ذلك ممّا يُذكر ويُقال.

ثم عند الخلاف نَجبُن عن ذكر الأسباب الحقيقة، ونتّهم القشة التي قسمت ظهر البعير، فلا صدَقنا مع أنفسنا، ولا مجتمعنا القريب والأوسع، ثم نسأل لماذا هذا التفسخ الأُسْرِيّ؟ لماذا الأولاد مشتتون بين الوالدَين المتصارعَين؟

ولإدارة البيوت على الوجه السليم والعيش الهنيّ، على الشريكين أن يتوافقا على ما يريدانه لحياتهما بوعيٍ وثقافةٍ وحلالِ ممارسة، بعيدًا عن وصفات مجالس الذكور أو الإناث التي قد لا يتفق كثيرها من ثقافة هذا المنزلِ المحدَّد أو الخاص، فنتلافى عظيم الضرر القريب والبعيد، موقنين أنّ اللقاء الزوجي رُكِّب فينا بالفطرة لنقضيَه بوجهه السليم، مع احترام كل شريك لشريكه فيه.

وأُشير لمفهوم غير دقيق: أنّ ذكور مجتمعاتنا العربية تظنّ أنّها هي الأكثر فهمًا للحياة الزوجية متناسين أنّ الإناث خصّهنَّ الله بالكثير من الذّكاء الفِطري، وتكفي إشارة واحدة تُغني عن كثير استدلال، أنّ الزوج يتراجع مع بدايات بلوغ بناته تاركًا الساحة والمساحة للزوجة.

(3)
المساحة الشخصية[1]

يظنُّ كثير من الأزواج أنّه بمجرد دخولهما بيت الزوجية، أبيح لهما ما لا يطلع عليه منهما أبواهما، أنّهما أضحيا مساحة واحدة أو شخصًا واحدًا، وهذا موروث أو ثقافة لا تنهض بالشراكة الزوجية، كما أنّها لا تصلح في الشركات الحقيقية، فلكل شريك خصائصه ومساحته الخاصة، ويعبّر عنها إداريًّا بحدود صلاحيات الشريك داخل الشركة بما لا يضرّ بالشركة والشراكة.

فالشريك المفوَّض إدارة الشركة يُطلِعُ الشركاءَ الآخرين على النتائج ومسار الأمور، ولكن ليس مُلزَمًا أن يُطلعَ كل شريك من الشركاء على من ألقى تحية الصباح اليوم، وكيف رتّب درج مكتبه أو أيَّ الأقلام يستخدم في كتابة أموره الإدارية، ولماذا يستخدم أوراق

[1] المساحة الشخصية خط أحمر.. كيف نحترمها كي لا نخسر الطرف الآخر؟ لايف ستايل، https://rotana.net/، الحفاظ على المساحة الشخصية ليس جبنًا ولكنه تصرفٌ حكيم، https://lakalafya.com/، الخبيرة النفسية راندة حسين، "الحرية بعد الزواج"، https://www.youm7.com/، منيرة الجمل، كيف تحافظين على المساحة الشخصية في علاقتك العاطفية؟، https://www.foochia.com/life/marriage/334242، منى محمود، 5 طرق للحفاظ على زواجك بعيدًا عن الروتين ... المساحة الشخصية والاستماع للأخر، http://www.soutalomma.com/، 5هبة رفاعي، نصائح تساعدك على احترام المساحة الشخصية لزوجك، https://www.nawa3em.com، إسراء خليفات، هل من خصوصية بين الأزواج؟، https://www.addustour.com/، بتصرف.

الملاحظات الوردية وليس الصفراء، وقِسْ على هذا من التفاصيل، التي هي من صميم **المساحة الشخصية** للشريك المحاسَب والمتابَع إداريًّا من الشركاء. أمّا لو انتقلنا لتفاصيل أخرى، في أي مدرسة سجلت أبناءك؟ واسم المربية التي في بيتك؟ وما قصة تمارين التنفس التي تجريها إذا غضبت؟ ومن وصفها لك؟ وغيرها الكثير مما لا يقبل تدخل الشركاء فيه، كونه يطال **خصوصية** الشريك.

عرضنا لهذا المثال في مجال الإدارة والأعمال لتوضيح **الفرق بين الخصوصية والمساحة الشخصية** في التعامل، قبل أن نتكلم فيهما عن الشراكة الزوجية، فالخلط بينهما كبير حتى إنّ الكثيرين لا يفرِّقون بين الخصوصية والمِساحة الشخصية، هذا إن لم نقل: وَهمَ البعض أنّ الزوجين أضحيا شخصًا واحدًا، طبعًا مزاجيًّا أي كيفما وحيثما يريدون.

نماذج الخصوصية بين الشريكين:

- تفاصيل علاقة الشريك بوالديه أو أخواته أو أصحابه.
- التصرُّف في الأموال الخاصة شخصيًّا أو مع الأهل والأصحاب.
- أسرار الشريك مع زملاء الدراسة، أو الأصحاب المقربين، مَنْ يعلمهم الشريك الآخر أو لا يعلمهم.
- تقرير مفصل عند العودة من زيارة الأصدقاء.
- تقرير مفصل متى عطست؟ ومن كلمت في العمل؟ وما كان لباس زملائك؟

نماذج المساحة الشخصية بين الشريكين:

- الطعام: لماذا تحب هذه الأكلة؟ لماذا تقلل ملح الطعام؟
- اللباس: لماذا لبست هذه القطعة؟ لماذا اشتريت قطعة داكنة اللون؟ لماذا تلمع الحذاء عند دخول المنزل.
- الهوايات: لماذا تقرأ الكتب والمجلات العلمية؟ لماذا الرياضة يوميًّا؟
- المقتنيات: لماذا تحتفظ بصور المدرسة الابتدائية؟ لماذا ترتب صندوق ذكرياتك شهريًّا؟
- الاستحمام: لماذا تحب الماء زائد السخونة؟ لماذا أنت سريع الاستحمام؟
- الطقوس الخاصة في: الطعام، الاسترخاء، دخول الحمام، إنجاز المهمات المنزلية.
- القيم الشخصية، تقدير الذات.
- الأحلام والطموحات.
- الخبرات والتجارب.
- الخلوة مع النفس.

المساحة الشخصية حاجة إنسانية، يجب احترامها وحمايتها، فهي تدعم الحرية وتعزّز نموّ الفرد، وهي مرغوبة بين جميع أفراد الأسرة آباءً وأبناءً إخوةً وأخواتٍ، ومؤكَّدٌ عليها بين الزوجين وينبغي استمرارها، فليس معنى الزواج خروج كلِّ شريك من حياته الشخصية الفردية.

المِساحة الشخصية العائلية:
يجب أن تحافظ العائلات على المِساحات المشتركة التي يمكنهم فيها التحدّث وتقديم التوجيه والنصيحة، ولكن بعد ذلك يحقّ لكل فرد من العائلة التمتعُ بقِيَمِهِ الخاصة، وتحقيقُ أحلامه الخاصة به دون القلق من تدخل الآخرين.
فمثلاً: تعليم أطفالك لا يعني السيطرة عليهم أو مراقبة كلَّ خطوة يقومون بها أو جميع اختياراتهم. لكلِّ طفل شخصيته وأحلامه وآماله التي علينا جميعًا احترامُها.
وإذا حاولتَ أن تجعلهم "تمامًا كما تريد"، فأنت بذلك تقوم باقتحام مِساحتهم الشخصية، وتعترض نموَّهم الشخصيَّ والعاطفيَّ، وهذا غير سليم.

المِساحة الشخصية بين الزوجين:
من الضروريِّ بناءُ مِساحةٍ مشتركةٍ بين الزوجين، لا يتوقف فيها أيٌّ منهما عن البقاء على طبيعته. الأزواج الذين يُحققون هذا التوازن يحصلون على علاقة مُرضِيَةٍ للطرفين.
مِساحة الزوجين المشتركة، هي التي يشارك فيها الطرفان مشاريعهما المستقبلية لتقوية العلاقة بينهما، وتعزيز القيم التي تربطهما بعضُهما ببعض، وتساعدهما على تحديد مسار حياتهما.
ولكنْ في الوقت نفسه، يجب أن يكون لكل شخص في العلاقة مساحةٌ شخصية خاصة به، حتى يتمكَّن من تحقيق النموّ الشخصيّ، وما لديه من مشاريعَ وصداقاتٍ وأهداف، وهذه الأمور المهمَّة لا يجب اقتحامها أو تدميرها في العلاقة الزوجية.

إقتحام المساحة الشخصية الخاصة عمومًا يعني (1) عدمَ احترام حقوق الآخر واحتياجاته، (2) مهاجمةً للمناطق المسؤولة في العقل عن تخزين الأحلام والاحتياجات والقِيَم (3) تهديدًا للهوية وتقدير الذات.

المساحة الشخصية؛ لا تعني فقط الابتعاد الجسديَّ عن الآخرين، بل الفسحة لهم بالتعبير عن آرائهم وأفكارهم بحرية، وأن تدافع عن قيمهم وأن تحرص على احترامهم.

الزواج الناجح يحتاج إلى ترك مِساحةٍ ومَسافةٍ كافيةٍ بين الزوجين، هناك أزواج أو زوجات، لا يتركون الفرصة لأحدهما ليتنفس بعيدًا عن الآخر أو حتى يلتقط أنفاسه، فيشعر أنَّ الزواج أصبح سجنًا وأن حريته قد قُيِّدَت، فيتسرَّبُ الشعورُ بالمللِ والرَّتابةِ والرَّغبةِ في الحصول على قدْرٍ من الحرية التي كانوا يتمتعون بها قبل الزواج.

وعلى الزوجين أن يكونا على وعيٍ أنّ هناك خطاً بسيطًا يفصل بين الحبّ وحبّ التملّك، فلا يخلطا بين الاثنين، القدْرُ المناسبُ من الحرية سيقوِّي علاقتَهما ولن يُضعِفَها، أمّا الشكّ والمراقبة، وفقدانُ الثقة، والقيودُ التي يفرضُها أحدُهما على الآخر، فستكون سببًا في الهروب والابتعاد عن البيت، وكما يقول المثل: "اِبعِدْ حبّة تزِدْ محبّة".

كما أنّ الدفاع عن المِساحة الشخصية بالحُسنى واللباقة لا يعني تجاوزًا من شريك على شريك، بل لا بدّ من أن يُفهم بسياقة الضروريّ لبقاء الحياة، فمن يُقاوِمُ مَنْ يُحاوِلُ أن يَخنُقَه لا يُعتبَرُ مُتجاوِزًا.

النصائح اللازمة الملازمة:

- عدم تقديم **تنازلات** مبالَغٍ فيها من الطرفين، بل على كل طرف أن يسعى ويُضحيَ لإسعاد الطرف الآخَر دون أن يكون على حسابِ نفسِه وذاتِه، فالحياة لو استمرت على الوتيرةِ نفسِها سنواتٍ دون أي تجديدٍ ستُصبح مرهِقةً ومُتعِبة، وبمرور الوقت تتحول من حياة زوجية إلى مجرد روابطَ عائلية.
- على زوجين كل فترة أخذ **إجازة زوجية**، مجرّد بضع ساعات يبتعدان عن بعضهما، ويشعر كلاهما بحرّيته واستقلاليته، ذلك من شأنه أن يعالج الكثير من المشكلات بينهما.
- التلاصق **خانق**، على الطرفين أنْ يُدركا أنّهما ليسا توأمين، فلكلٍّ منهما مساحته الشخصية التي يجب احترامها، حتى لا تتطور الأمور وتتسبّب في مشاكل قد تنهي العلاقة أو تدمِّرُها.
- الكثير من الجيد سيّئ: من المفيد اختبار الأشياء سويًّا، ولكن إذا أصبحت حياتكما قاصرةً على بعضكما فهذا شيء مرعب، ومدمر للعلاقة، لأنّه لن يرى أمامه غيرك، فندخل بتحليل التصرّفات، وستتضح العيوب والمميزات، وقد تأتي المراجحة في غير صالح العلاقة.
- رؤية العلاقة من الخارج: عدم الحفاظ على المساحة الشخصية والالتصاق الدائم ببعضكما لا يعطي لأيّ منكما الفرصة لكي يقيم هذه العلاقة، هذا الالتصاق سيجعل الشريك يشعر أن هذه العلاقة مفروضة عليه، لذلك تركُ مِساحة شخصية يساعد الزوجين في تقوم علاقتهما بشكل مستمر، ويشعران بقيمة بعضهما.
- لو تخلّى أحد الزوجين عن أصدقائه وهوايته ليقضي كلَّ وقته مع شريكه، سيولد لديه شعور بفقدان هويته، كبت رغباته، تضحيته لإرضاء الطرف الأخر، هذه المشاعر المكبوتة ستظهر في صورة شجار وخلاف ونقاش، ينتظر من الطرف الآخر التقدير والاعتراف بتضحياته، وإذا شعر بأي بوادر للاستقلال يعتبره نكرانًا للجميل وينعكس بصورة سلبية على علاقتهما.
- الذي يعيش على معرفة كلِّ كبيرة وصغيرة بحياة الآخرين شخص سيواجه مشاكل في حياته الزوجية.

المُنكَرات بحجّة المِساحة الزوجية:

- التجسّس على الشريك.
- إمطاره بكثير أسئلة.
- غمره بالاتصالات طَوَالَ اليوم.
- تفحّص هاتفه أو حساباته الشخصية.
- طلب كلمة المرور.
- فرض القرارات على الشريك.

الفصل الخامس
السعادة

من جميل ما انتهت إليه محلّلة النفس النمساوية "ميلاني كلاين" في كتابها "الحسد والامتنان"، أنّ الفيصل بينهما هو **الرّضا**، وهو الأمر الذي يفتقده كل باحث عن السعادة، ونفسيًّا يقال:

- "لن يستطيع **الطفل** الوليد الشعور **بالبهجة** الكاملة قبل تطوُّر قدرته على الحبّ تطورًا كاملاً، والبهجة هي أساس الامتنان".
- "الشخص **الحسود** لا يستطيع التعويض عن الخسارة أو الفقد كراشد؛ لأنّه **لا يشعر بالرضا** أبدًا، لذلك يترسّخ شعوره بالحسد".

ببساطة ودون الدخول في كثير تعاريف للسعادة، إنّ في اللغة أو عند الفلاسفة أو غيرهم، سأورد تفريغًا لفيديو يعرض سياقَ نقاشٍ لفكرة مبسطة للسعادة تناولها شخصيًّا المحلل والمفكر الأمريكي "دنيس براجر" قبل اختراعه **"متلازمة المربع المفقود"**، قال:

- تخيّل نفسك تجلس في غرفة سقفها مقسم إلى مربعات، وتلاحظ أنّ أحد المربعات مفقود، واحد فقط،
- أين ستركّز نظرك؟
- الجواب: طبعًا على المربّع الناقص.
- هذا أمر جيد في الواقع في حالة السقف.
- لأنّه يمكننا إصلاحه ليصبح كاملاً.
- بالنهاية يمكن للأسقف أن يكون بحالة مُثلى.
- **لكن هذا لا ينطبق على الحياة.**
- معظم ما نفتقده في حياتنا أو نعتقد أننا نفتقده، لا يمكن استبداله.
- بعكس السقف، لا يمكن جعل الحياة مثالية أبدًا.
- ولهذا السبب يكون التركيز على ما هو مفقود في حياتك.
- مشكلة كبيرة.
- دعني أعطيك مثالاً على ما أسميه: "متلازمة المربع المفقود"
- قال لي رجل أصلع ذات مرة "أتعلم دنيس؟"
- كلما كنت وسط جمع من الناس، كلّ ما أراه هو "الشَّعر"
- وعندما أدركت أنَّ هذا الرجل يرى العالم بطريقة مختلفة تمامًا عن طريقتي في هذا الشأن.
- فأنا لا أنتبه للشَّعر أبدًا لأنّ شعري لم يتساقط.
- إذًا هو ليس مربعًا مفقوداً بالنسبة لي.
- ولكن بالنسبة لهذا الشخص، الشَّعر هو ما يلفت نظره.
- ينطبق هذا بشكل أو بآخر على الجميع.

- فعندما تذهب امرأة تعتقد أنّ ساقيها ليستا جذابتين إلى مكان ما
- فإنّ كل ما تراه هو السيقان الجذابة.
- وهناك مثال المرأة التي قالت لي ذات مرة:
- "كلّ ما أراه أينما ذهبت هنّ الحوامل"
- كيف يكون ذلك؟
- أغلب النساء حتى مَن هنّ في سنّ الإنجاب غير حوامل.
- ولكنّها لم ترَ غير الحوامل.
- لأنّها كانت تريد طفلًا، لكنّها لم تكن قادرة على الإنجاب.
- المربع الناقص عندها هو "عدم القدرة على الإنجاب"
- **هكذا هي طبيعة البشر، التركيز على ما ينقصها في الحياة.**
- **متلازمة المربع المفقود تشكل عائقًا كبيرًا لبلوغ السعادة.**
- لدرجة أنّها تجعل بلوغ السعادة أمرًا شبه مستحيل.
- دائماً ما سيكون هناك شيء ناقص في حياتك.
- عندما ترى أولاد الآخرين، ستظنّ أنّك ترى مربعات مفقودة لدى أطفالك.
- وتفكر "لماذا لا يكون ابني متفوّقاً مثل ابنه؟"
- أو يكون مهذبًا مثله؟ أو ذكيًا؟ أو وسيمًا؟ أو رياضيًا؟
- كذلك الأمر بخصوص أزواجنا وأعمالنا وأشكالنا ... والقائمة تطول
- إليكم مثالًا آخر:
- عندما كنت أعزب وأبحث عن "المرأة المناسبة"
- أردت أن أحدّد أولًا أهمّ صفة يجب أن تكون في زوجة المستقبل.
- وفي نهاية كلّ يوم تقريباً كنت اتصل بصديقي جوزيف.
- وأقول له: "اليوم وجدت أهمّ صفة في المرأة"
- ودائماً يقول: "حسناً دنيس ما هي؟" ثم يصغي إليّ بصبر.
- مرّة أقول الذكاء، ومرّة أقول الشكل، ومرّة الشخصية، ومرّة اللطف.
- ومرّة اتصلت به كالعادة وقلت له:
- "جوزيف لقد عرفت أخيرًا أهمّ صفة في المرأة"
- لكنه لم يقل "حسنًا ما هي؟" هذه المرّة.
- بل قال "لا تخبرني.. أنا سأخبرُك"
- فسألته بحَيرة:
- كيف ستعرف؟ أنت حتى لا تعرف المرأة التي واعدتها اليوم"
- قال لي: "لا يهمّ، الصفة التي لم تجدها في تلك المرأة"
- "هذه هي الصفة التي قرّرت أنّها الأهمّ في المرأة"
- لم يكن بمقدوري الردّ ... كان جوابه مصيبًا
- الصفة التي لم تمتلكها المرأة التي واعدتها في ذاك اليوم،
- كانت هي التي اعتقدت أنّها الصفة الأهم في المرأة.
- لم أكن حينها قد **اخترعت اسم "متلازمة المربع المفقود"**
- لكنّها بالضبط ما كنت أعانيه.

- هكذا نحتال على أنفسنا، ونقوض سعادتنا.
- من خلال التركيز على المربعات الناقصة عندنا.
- نحن أمام خيار بسيط:
- هل نركِّز على بقية السقف وعلى المربعات التي نملكها فعلاً؟
- أم نركز على المربعات المفقودة؟
- إجابة هذا السؤال لها دور كبير في تحديد مدى سعادتك.

كان معكم دنيس براجر

وهذا **المفكر نفسُه**: وضع معادلة التعاسة (عدم السعادة) وهي:

U= I - R **التعاسة = التخيلات - الواقع**

U = (Unhappiness) التعاسة
I = (Image) الصور التخيلية
R = (Reality) الواقع

أي الفرق بين الصورة الذهنية التي تحملها في مخيلتك تجاه حياتك وواقع حياتك، ينتج منه مقدار التعاسة في حياتك

بعد هذا التمهيد يمكن المرور باختصار على السعادة عن النفسيين، ثم مركبات السعادة الأشهر، وصولاً للب موضوعنا السعادة الزوجية.

(1)
السّعادة عند النفسيين

"السعادة أو البهجة **حالة انفعالية** تنتج من تحقيق المرء لما يعتبره ذا قيمة، **والمعاناة** حالة انفعالية تنتج من تخلي المرء عن قيمة أو تعرض تلك القيم للدمار".

"يحدث تقدير الذات عندما يقرّر الإنسان أن يحيا وَفقاً للعقل والمبادئ التي يتبناها"
"السعادة منبتها من الذات وليس من الآخر"

السعادة والقلق:

يقول "ناثانيل براندن" في كتابه "علم نفس تقدير الذّات" عنهما:

- **السعادة** تنبُع من قيمنا التي اخترناها عن وعي وطورناها، فنشعر بالسعادة عندما نحقق ما نعتبره أهم الأشياء في حياتنا.
- **القلق** غالبًا ما يحدث عندما لا يفكر المرء في المشكلة كما ينبغي، لأنّ عدم التفكير يجعل المرء غير متوافق مع الواقع.

تقدير الذات:

ذكر "براندن" أنّنا كائناتٌ عقلانية، فإذا قبِلنا هذه الحقيقة وتحمّلنا مسؤولية حياتنا وسلوكياتنا، فإنّنا سننظر إلى أنفسنا من منظورٍ جيد، أما إذا لم نتحمّل مسؤوليتنا عن حياتنا أو أفعالنا، فإنّ تقديرنا لذواتنا يتعرّض للخطر.

"لا يحدث انهيار تقدير الذات في يوم أو أسبوع أو شهر، بل هو نتيجة تراكمية لعدد كبير من النظم الثابتة المعتادة والمراوغات واللاعقلانية.. سلسلة طويلة من عدم استخدام المرء لعقله الاستخدام الأمثل".

الانفعالات وتقدير الذات:

أحياناً نتعرض لموقف فنضطرّ عقليًّا لفعل شيءٍ ما، فإنْ لم نستطع فعله فانفعالاتك منعتك. ويرى "براندن" أنّ:

- **النضج النفسي** هو القدرة على التفكير من منظور المبادئ وليس الانفعالات، وأنّ ذلك النضج لدينا تطغى عليه الظروف والانفعالات، وبذلك نغفل عن الصورة الكلية الكبيرة. أي عندما نضحي بأفكارنا لصالح انفعالات لا نستطيع تبريرها عقلانيًّا، وتكون نتيجة ذلك كبتَ تقديرنا لذواتنا.
  ولا سبيل للتحرر من العجز الذي يسببه الشكُّ في الذات والاكتئابُ والخوف، إلا من خلال تطبيق العقلانية على انفعالاتنا، ولا يعني هذا أن نتحوّلَ لإنسانٍ آليّ أو متجلّدِ المشاعر، بل أن نعرف أنّ انفعالاتنا لا بدّ من أن تحتويها فلسفة شخصية الحياة كمدى أكبر.
- أمّا **الأمراض النفسية** - على النقيض - تحدث عندما نترك انفعالاتنا تحدد أفكارنا وسلوكياتنا.

ويقول "براندن": إنّه من المستحيل (عقلاً) أن نجمع بين السعادة وغياب العقلانية، وإذا دققنا النظر سنجد أنّ من يتمتع بالسيطرة على حياته هو من يعيش وفقاً لمبادئ العقل.

السعادة والاختيار:

"من العجيب أنّ سعادتنا قد تنتج من تقليل اختياراتنا لا عن زيادتها"

يقول: "باري شوارتز" في كتابه "تناقض الاختيار"، إنّ البشر عندما تقِلُّ الاختيارات أمامهم، **يشعرون برضًا أكبر** عما يُقدم لهم بالفعل. وهذا يوضح نوعًا معينًا من القلق الموجود في الدول الثرية المتقدمة، وهو أنّ كثرة الاختيارات تؤثر تأثيرًا عكسيًّا على السعادة؛ لأنّ كثرة الاختيارات لا تتضمن تحسينًا لنوعية الحياة ولا مزيد من الحرية.

عندما لا يكفي الأفضل:

نظرًا لكثرة اتّخاذنا قرارات خاطئة، وكثرة الأمور التي لابدّ من أن نتخذ قرارات بشأنها؛ فمِن المنطقي أن نبحث عما هو **"جيد بما فيه الكفاية"** لا أن نبحث دائمًا عن الأفضل**؟**
ويصنّف "شوارتز" الناس إلى: (1) باحثين عن المزيد (2) والراضين.

- الباحثون عن المزيد **لا يشعرون بالسعادة** ما لم يحصلوا على الأفضل في كلّ الأحوال، وهذا يتطلب منهم متابعة كل البدائل وفحصها قبل اتخاذ القرار، سواءً تمثل هذا القرار في الاختيار بين خمسة عشر معطفًا، أو بين عشرة مرشحين كأزواج وشركاء حياة.
- أمّا الراضون، فهم أولئك **المستعدّون للرّضا** بما هو جيد بما فيه الكفاية دون الحاجة للبحث عن بديل أفضل، وقد يكون لدى الراضين معيار أو معايير محددة في اتّخاذهم القرار، وهم ليست لديهم حاجة أيديولوجية لأن يحصلوا على الأفضل.

وكان عالم الاقتصاد **"**هيربت سيمون**" يقول: إنّنا لو أخذنا في الاعتبار الوقت اللازم لاتّخاذ القرار، فإنّ الرّضا هو أفضل البدائل.**

ويخلص "شوارتز" إلى أنّ كثرة البدائل من الأسباب الأساسية **للألم النفسي**؛ لأنّها تتضمن **القلق** على الفرص التي قد تضيع، **والنّدم** على القرارات التي لم تُتخذ، ومع ذلك؛ فإنّ هذا النوع من **البؤس** - الذي لم يكن يعانيه في الماضي إلا القلائل - قد تحوَّل إلى شبه وباء في ظل زيادة الثروات وزيادة الاختيارات.

(2)
مفردات السعادة

وصفات السعادة أوسع من أن تُحصر ولكنْ جوهر الوصفات **"الرّضا"**، وهو الغائب الأكبر.
فهناك من قال:

- **السعادة** أن يكون لديك عَينٌ ترى **الأجمل**، وقلبٌ يغفر **الأسوأ**، وعقلٌ يفكّر **بالأفضل**، وروحٌ يملؤها **الأمل**.
- **تسكن السعادة القلب**، إذا توفرت فيه ثلاثة: (1) عدم الحزن على ما **فات**، (2) وعدم القلق على ما **هو آت**، (3) والرضا بما قسم **ربّ السّموات**.
- **سعادة العيش في سبعة أشياء**: (1) الزوجة الصالحة، (2) والولد البار، (3) والأخ المساعد، (4) والخادم العاقل، (5) والعافية السابغة، (6) والقوت الكافي، (7) والأمن الشامل.

وتهرب السّعادة منا، حين نتحدث عن أشياء لا نملكها؛ (1) من مال (2) أو جمال (3) أو منصب، هنيئًا للراضي.

مواصفات دار السعادة:

- **جدرانها:** (1) تَغَافَلْ (2) تَغافَرْ (3) اِرحَمْ (4) تُرحَمْ.
- و**سقفها**: حسن الظنّ بالله،
- و**أرضها**: الرّضا.

أسباب السعادة:

خلص " مارتن سيلغمان"[1] في كتابه "السعادة الحقيقية"، وبعد مطالعته لنتائج مئات البحوث، إلى النقاط الآتية بشأن العوامل التي تعارف الناس على أنّها تحقق السعادة:

1. **المال**: زادت القدرة الشرائية لشعوب الدول المتقدمة بما يتجاوز الضعف، ومع ذلك فلم يتغير مستوى الرّضا عن الحياة على الإطلاق في هذه الدول. وبالمقابل، فإنّ الفقراء ممّن يحصُلون على دَخْلٍ معيّن ويصلون لقدرة شرائية معينة (مريحة بالكاد)، فإنّ مستوى شعورهم بالسعادة لا يزيد بزيادة الثروة بعد ذلك. ويقول "سيليغمان" إنّ الماديين ليسوا سعداء.
2. **الزواج**: في استطلاع رأي أُجري على خمسة وثلاثين ألف أمريكي على مدار ثلاثين عامًا، اكتشف المركز القومي الأمريكي لبحوث الرأي أنّ 40% من المتزوجين قالوا: إنّهم "سعداء جدًا" في مقابل نسبة 24% من المُطلّقين والمنفصلين والأرامل قالوا: إنّهم كذلك. ويستنتج: يبدو أنّ الزواج يَزيد مستويات السعادة بغضّ النظر عن مستوى الدّخل، أو السنّ، أو الجنس.
3. **الدرجة الاجتماعية**: كلّ مَن يعتبرون أنفسهم سعداء تقريبًا يعيشون "حياة اجتماعية ثرية وأكثر إرضاء"، حيث **يقضون أقلّ وقت بمفردهم**. أمّا مَن يقضون وقتًا طويلاً بمفردهم، فقد قالوا - بوجه عام - إنّهم أقل سعادة بكثير.
4. **الجنس/ الجندر (ذكر، أنثى)**: تعاني النّساء الاكتئاب ضِعفَ مُعاناةِ الرِّجال، ولديهن مشاعر سلبية أكثر، ومن ذلك فإنّهنّ يشعرن بمشاعر إيجابية أكثر مما يشعر به الرِّجال. ومعنى هذا أنّ النّساء أكثرُ سعادةً وحزنًا من الرجال.
5. **التديّن**: المتديّنون عمومًا أكثر سعادةً ورضًا عن الحياة من غير المتديّنين، حيث تقل معدلات إصابتهم بالاكتئاب، ويتميَّزون بمرونة أكبر في التعامل مع الانتكاسات والمآسي. وقد اكتشفت الدراسات أنّه كلما زاد تديّن الفرد، زاد تفاؤله. وهذا الأمل القوي في المستقبل لدى المتدينين يجعلهم يشعرون بالرضا عن أنفسهم وعن العالم/ كما يقول "سيليغمان".
6. **المرض**: لا يؤثر المرض على السعادة أو الرّضا عن الحياة بالدرجة التي نتصوَّرها؛ فالتمتع بالصحّة في حدّ ذاته يتعامل معه النّاس **على أنّه أمر مسلّم به،** ولا يقلل من المستوى الطبيعي من مشاعر الفرد الإيجابية إلا الأمراض القاسية الشديدة.
7. **المُناخ**: لا يؤثر المناخ على مستويات الشعور بالسعادة يقول "سيليغمان" إنّ من يعانون برد شتاء نبرسكا القارس يعتبرون أنّ أهل كاليفورنيا أكثر سعادة، ولكنّهم مخطئون، فالنّاس تتأقلم مع الجوّ بسرعة وبالكامل.

[1] يعرف "مارتن سيلغمان" بمؤسس "علم النفس الإيجابي" وقد وظفه لتحقيق القدرات الكاملة والشعور بالرضا الدائم.

وفي النهاية، ليس لمستوى الذكاء، أو مستوى التعليم أثر ملحوظ على مستوى الشعور بالسعادة، وليس للعِرق البشري أثر عليه أيضًا رغم أنَّ بعض الجماعات مثل الأمريكيين الأفارقة والأمريكيين من أصول مكسيكية يعانون مستويات اكتئاب أقل.

الشخصية والسعادة:
النظرة التقليدية أنّ كلَّ العوامل السابقة هي العوامل الأساسية المؤثرة عل السعادة، ومع ذلك، فتوضِح البحوث أنّها مجتمعة لا تشكل إلا بنسبة **8-15%** من مستوى السعادة.
ويرى "سيليغمان" أنّه ليست العوامل السابقة ما يُحقق السعادة، وإنّ ما يُحققها هو **التطوير المتمهِّل** لما لم يَعُدْ أحد يتحدث عنه، وهو "خصائص الشخصية". وتتكوَّن الشخصية من خصائص عامة موجودة في كلِّ الثقافات والأعمار، وتتضمَّن: الحكمة، والمعرفة، والشجاعة، والحب، والإنسانية، والعدل، والاتِّزان، والتديُّن، وغيرها. ونحن إنما نتمتع بهذه الفضائل من خلال تنمية مواضع قوتنا الشخصية وتطويرِها مثل **الأصالة، والصّدق، والولاء، والطيبة، والعدل.**

(3)
السعادة الزوجية

يَكثر على ألستنا اليوم التحسّر على الماضي ومقارنة أنفسنا بمن سبقونا، ونظنّ أنّهم لم يُعانوا ولم يَتعبوا ولم يَصبروا على البناء والجُهد، حتى أنبتوا أجيال اليوم، وهو ظنّ تُجيب عنه هذه المحادثة القصيرة بين المُعاصِرين والسابِقين: **"قال أحدهم: الأزواج القدامى سعداء، فأجابه بل راضون"**.

إنّ **معادلة السعادة الزوجية** بسيطة ميسّرة لمن أراد، وقيل فيها:
- السعادة الزوجية هي نتاج انسجام روحين، واندماج قلبين.

أمّا **سرّ السعادة الزوجية** فهو:
- ألا تخلد إلى النوم وفي صدرك شيء تجاه شريكك.. فإذا ما كان الصّدر صافيًا نقيًّا، اِنسابت منه المشاعر بصفاء وصدق، وما صفا صوت العود إلا لخلوّ جوفه.[1]

السعادة الزوجية، كالصحّة تاج على رؤوس أصحابها، لا يراه إلا من افتقدها.

ما يجعل الحياة الزوجية سعيدة:
جاء في كتاب "المبادئ السبعة لإنجاح الزواج" لمؤلفة الأكاديمي النفسيّ ومؤسّس معمل الأسرة (معمل الحب) البروفسور الأمريكي **"جون أم غوتمان"** أنّ ما يجعل الحياة الزوجية

[1] الاستشارية الأسرية، فيروز العشي، تقول توضيحاً للفكرة: الدماغ يستجلب كل شيء متعلق بالفكرة التي تدور بالدماغ وكل 30 ثانية يستجلب معلومات وصورًا من العقل الواعي إلى العقل اللاواعي ثم نحصد مشاعر سلبية لأقصى درجة.

سعيدة، عامل واحد، وهو: **الصداقة** التي تسودُ كِلا الزوجين (1) الاحترام المتبادَل (2) والاستمتاع بصحبة كلٍّ منهما بالآخَر.

الصداقة بين الزوجين تؤدّي إلى حالة من الرومانسية وتقلل العدوانية أيضًا. فما دام الزوج يجد **"حبًّا واعجابًا"** بزوجه، فيستطيع دائمًا إنقاذ علاقته به. أمّا **مع غياب** الحبّ والإعجاب، فإنّه يوجد فرصة لتقزُّزِ أحد الزوجين من الآخَر الذي يعبّر عنه في أثناء الشِّجار معه، **والتقزّز سُمّ العلاقة الزوجية.**

ويرى "غوتمان" أنّ للزواج **معنىً مشتركًا**، أن يدعم كلُّ زوج أحلام زوجه وآماله، وأنّ الزواج يسير في الطريق الخطأ إذا ضحّى أحد الزوجين بما يريده حتى يُسعِدَ زوجَه؛ لأنّ الصداقة الحقيقية تقوم بين نظراء متماثلين.

ويرتبط بهذه المسألة المِحورية **الصداقة**، الاحتياجات الآتية:

1. **تعرّف إلى عالم زوجك، وأظهر اهتمامك به:** لدى الأزواج في الزيجات القوية **خرائط حبّ** لأزواجهم، أي يتواصلون مع مشاعرهم ورغباتهم ويعرفون الأشياء الأساسية عنهم مثل أصدقائهم. وفي غياب مثل هذه المعرفة، فإنّ وقوع حدث كبير في حياة الزوجين مثل ميلاد طفلهما الأول **من المحتمل أن يُضعف العلاقة** لا أن يُقوِّيَها. (أي اعمل بمقولة: كن مهتمًّا تُصبحْ مهمًّا).
2. **توجه نحو زوجك:** يقول "غوتمان" إنّ الزوجين يستطيعان الحفاظ على الرومانسية بينهما حتى في أثناء حواراتهما الحادة، ولا يتعرّض الزواج للخطر، إلا عندما يكفّ أحد الزوجين عن معرفة الآخر (التباعد). ورغم أنّ بعض الأزواج يعتقدون أنّ الأمسيات الحالمة، أو الإجازات قد تجلب السعادة لحياتهما الزوجية، فالحقّ أنّ مظاهر الاهتمام اليومية البسيطة التي يبديها الزوج لزوجه (توجهه نحوه) هو المهم.
3. **لا تكن صُلبًا:** النساء **منفتحات** للتأثر بأزواجهنّ بحكم طبائعهنّ، ولكنّ الرجال **يجدون صعوبة** في التأثر بزوجاتهم.
   - فعادةً ما تكون **الزيجات الناجحة** هي تلك الزيجات التي يستمع فيها الزوج إلى زوجته، ويهتم بآرائها ومشاعرها.
   - وأنّ **الزيجات الأكثر استدامة والأفضل** هي تلك القائمة على المشاركة في السلطة.

الفصل السادس
الجهوزية للزواج
(النفسية والجسدية والمالية والثقافية)

العديد من المجتمعات تسمى شريك الزواج الآخر بـ **"توأم الروح"**، وهذا ضمنًا يشير أنَّ ثمرة هذا القرار تُورِث الانشراح النفسيَّ والنشاط الجسديّ، والمشاركة الثقافية والبذل الماليّ.

(1)
الجهوزية النفسية[1]

يُعدّ الاستعداد (الجهوزية) للزواج قاعدة أساسية لبناء الحياة الزوجية الناجحة، وتأتي أهميته من كونه عملية تهيئة نفسية واجتماعية للإقبال على مرحلة حياتية جديدة، ومن هنا تظهر حاجة فئة المقبلين على الزواج إلى الإلمام بتفاصيلَ مهمَّةٍ تتعلق بالاستعداد للحياة الزوجية، تمكّنهم من اتخاذ قرار مهم، تتوقف عليه حياتهم المستقبلية، ألا وهو اختيار شريك الحياة. ولتتمّ عملية الاستعداد للزواج على أكمل وجه، ينبغي المرور بالمراحل الآتية:

المرحلة الأولى: التهيئة

إنّ بناء الأسرة على أسس صحيحة، يبدأ من الاستعداد النفسي لدخول عالم جديد مختلف، فهناك مجموعة من الآليات تساعد المقبلين على الزواج من تهيئة أنفسهم تتمثل في:

أ- **تبديد المخاوف:** ينتاب أغلب المقبلين على الزواج مشاعرُ القلق والرهبة والخوف من أمور متعددة حول الزواج نفسه أو حول طبيعة العلاقة الزوجية أو مدى القدرة على التوافق مع شريك الحياة أو حتى القدرة على تحمل المسؤولية الجديدة. ومما يساعد في تبديد المخاوف المرتبطة بالزواج:

- التخلّص من التوقُّعات السلبية عن الزواج الناتجة عن الاستماع لتجارب الآخرين الشخصية.
- الحرص على الحصول على معلومات صحيحة ومن مصادرَ موثوقةٍ حول الحياة الزوجية.
- إدراك الحاجة للوقت الكافي في بناء علاقة زوجية عميقة.
- التخطيط للزواج وتحديد الأولويات.

ب- **النظرة الواقعية للزواج:** من المهم للمقبل على الزواج رسم صورة واقعية عن الحياة الزوجية بما تحمله من مسؤوليات والتزامات متعددة. و ممّا يساعد في ذلك:

- التعرّف إلى الحقوق والواجبات الزوجية.
- إدراك حجم المسؤوليات الزوجية والأسرية والاجتماعية الجديدة.

[1] زهراء عبد النبي، الاستعداد النفسي للزواج، موقع وزارة الصحة البحرينية، https://www.moh.gov.bh/، بتصرف.

- إدراك أهمية المشاركة والتعاون بين الزوجين.
- الاستعداد للمتغيِّرات المختلفة التي قد تطرأ في الحياة الزوجية.
- تقبُّل وجود بعض الاختلافات في شخصية الزوجين.
- تقبُّل فكرةِ قابليِّةِ عدم الاتفاق على بعض الأمور.

ج- **المشاركة:** الحياة الزوجية قائمة على أساس الشراكة، أي تقبُّل وجود طرف مشارك في الحياة الزوجية بكل ما فيها، من اتّخاذ القرارات الأسرية، ومن تحمّل المسؤولية بالإضافة إلى المشاركة في الوقت والمشاعر والاهتمامات والطموحات. ولتحقيق المشاركة في الحياة الزوجية لابدّ من:
- مناقشة كافة الموضوعات المتعلقة بالحياة الأُسَرِيّة.
- اِحترام وجهات النظر المختلفة بين الزوجين وتَقبّلها.
- تجنُّب محاولة التحكُّم في شخصية الطرف الآخر وفرض السيطرة عليه.
- المرونة في التعامل وتقديم بعض التنازلات للطرف الآخر.

المرحلة الثانية: تحديد مقاييس اختيار شريك الحياة.

تعتمد نقطة الانطلاق إلى الحياة الزوجية المستقرة بالدرجة الأولى على حسن الاختيار. وليتمّ الاختيار بشكل سليم، يحتاج المقبل على الزواج أن يَضعَ مقاييسَ معينةً ومعاييرَ مناسبةً لتطلعاته، لتكونَ الفاصلَ الأساسِيَّ في تقويم مدى ملائمة الطرف الآخر ليكون شريك حياته، وتتمثل هذه المقاييس في جزأين:
- مقاييس **داخلية** تركِّز على وجود التعاطف والتجاذب النفسيِّ المتبادَلِ، والتناسب في الأفكار ووِجْهَاتِ النظر، والاتفاق على قيم أخلاقية أساسية والاتفاق على أهداف مشتركة في الحياة.
- مقاييس **خارجية** تدور حول التناسب في العمر، والخصائص الجسمية، والمستوى الثقافيِّ والتعليميِّ والاجتماعيِّ.

المرحلة الثالثة: التعرّف إلى شريك الحياة.

هناك مجموعة من القنوات التي يستطيع من خلالها المقبل على الزواج التعرّف إلى الطرف الآخر، كمثال الاتصالات والمقابلات التي تسمح بتبادل الأحاديث والمناقشة في الموضوعات المتصلة بالزواج، بهدف الاطِّلاعِ على الآراء والأفكار والتصوُّرّات، الذي من شأنه المساعدة في الكشف عن مدى تقبُّل كلٍّ من الطرفين للآخَر.
ويمكن للمقبل على الزواج **مناقشة** الموضوعات الآتية:
- **ملامح الشخصية:** للتعرف إلى شخصية كلِّ طرف للآخر، واكتشاف مدى القدرة على التلاؤم والتكيُّفِ مع صفات الشخص، والتأكّد من أنّ الاختلافات الموجودة بينهما لن تكون مصدرَ خلافاتٍ في المستقبل، وأنّه يمكن قبولها والتعامل معها وتفهُّمُها.

- **الحياة الزوجية والأُسْريَّة**: لمعرفة وِجهاتِ النَّظرِ من حيث التبايُنُ والالتقاء، ومحاولة التوافق حول الأمور الجوهرية في حياتهما المستقبلية (دور الأب ودور الأم، الحقوق والواجبات الزوجية).
- **الجانب الدينيّ**: لاكتشاف مدى التقارب في التوجُّهات الدينية بين الطّرفين، ودرجة تقبُّل موارد الاختلاف.

وتكمن أهمية مرحلة الاستعداد للزواج، في كونها البوابةَ للدخول إلى عالم الحياة الزوجية وتكوين الأسرة والاستقرار، وتحقيق السعادة التي ستكون مرهونةً على ما تمّ تحقيقُه والتوافقُ عليه في هذه المرحلة.

(2)
الجهوزية الجسديّة

قنّنت البشرية لحياتها معاييرَ عدة في كلّ فنّ ومجال، ومن هذه المجالات تقنين عملية الزواج بين طرفيه (الذّكر والأنثى)، وبعضهم بالغ لأنماط زواج ليس مقصود هذا الكتاب، فاشترطوا أمورًا معيَّنةً منها السنّ، والصحّة، والخلوُّ من الموانعِ القانونية.

1. **السنّ**: ينبغي للمُقبلين على الزواج استيفاء الشروط الجسدية طبيًا وقانونيًّا، فمعظم دول العالم تقنّن سنّ الزواج، وتشترط الفحوص الطبية قبل إتمام العَقد.
فالحدّ الأدنى لسنّ الزواج هو العمر الذي يجب أن يبلغَه، بحسب معاييرَ قانونيَّةٍ أو دينيَّةٍ، كلّ من طرفي الزواج لكي يكون الزواج شرعيًّا، مع اختلاف السِّنّ الأدنى والشُّروط المطلوبة من بلد إلى آخر.
2. **الصحّة**: الاطمئنان إلى صحّة المُقبلين على الزواج أصبح من المتطلَّباتِ في عامة الدول. حيث يُطلب من المقبلين على الزواج إتمامُ الفحص السريري عند الأطباء المُخوَّلين قانونًا للتأكّد من الصحة الجسدية عمومًا وتوافر الأعضاء التناسلية السليمة عند الطرفين، وإتمامُ بعض الفحوصات الطبية للاطمئنان إلى خلوّ الطّرفين من الأمراض التناسلية، وأمراض الدم، والأمراض الأخرى المانِعةِ من الاجتماع الزوجيّ.
3. **الموانع القانونية**: هي الموانع التي ارتضاها مجتمعٌ من المجتمعات لأسباب دينيَّةٍ أو غيرِها، فيُنصُّ عليها ضمن القانون العام وأحيانًا المتخصّص، فبعض هذه الموانع دائم مستديم، وبعضها طارئٌ مؤقت، وعلى المواطنين التزامُ القانون عمومًا لتحقيق المصلحة العامةِ والخاصة، وتلافي الكثير مما عاناه الآباء، خصوصًا أثرَ زواجِ الأقاربِ على الذُّريَّة.

رغم هذه الاشتراطات نجد المتلاعبين على اشتراطات الزواج، السنّ أو الفحص الطبيّ وحتى الضوابط القانونية للأسف.

(3)
الجهوزية المالية

كرّم الله بني آدم ذَكَرَهم وأُنثاهم، وأنزل المرأة مكانةً وأمانةً، وجعل الاقتران بها دونه التقديماتُ المعنويَّةُ والماديَّة، لمزيدِ حرصٍ عليها واعترافًا بعظيم الأمانة التي تنهَضُ بها في الحفاظِ على النوعِ واستمرارِ البشريَّة. فبالنظر البيولوجي نرى **التماثل** بين كلّ الذّكر والأنثى في مختلف الأعضاء مع تمايزٍ في بعضها بالشكل والوظيفة، إلا أنّ **الاختلاف** كان بزيادة عضو ميزه بالاسم والوظيفة ألاَ وهو "الرَّحِم" وجعله مُستَنْبَتَ الذُّريَّة.

وفي أكثر المجتمعات يقدّم الذّكرُ "المَهرَ" للأنثى، وفي القليل من المجتمعات تقدّمُ الأنثى "المَهرَ" للذّكَر، وفي المتبقّي يتشارك الطرفان "المَهرَ" وإن بتفاوتٍ من مجتمعٍ لآخَر.

إنّ الإقدام على خطوة الزواج، خصوصًا بالنسبة للذكور، دونها الكثير من الكِلف، وهذه الخطوة **الاستهتار** فيها قد يُورِثُ فشل الحياة الزوجية، فضغط الدّيونِ في بداية الحياة الزوجية يُحدِثُ توتراتٍ في كثيرٍ من الأحيان لأتفه الأسباب، ويجعل المكلَّفَ (عامة الزوج) يرى كلَّ طلب أو غرض أو مشوار، عبءًا ماليًّا جديدًا مع إطالةِ فترةِ المَديونيَّة، وهذا الضغط يعايشه الكثيرون يقظة ومنامًا، ويحوِّل حياة البعض إلى جحيم، ويتّهم الشريك المبادر بأقلّ محاولات التلطف والإهداء وبتبذير ماله وتهديد مستقبله المالي، ثمّ ينتقل إلى مرحلة تأويلِ كلِّ تصرُّفٍ من منظور الضغط هذا، فيرتفع منسوب التوتّر بين الشريكين وبخاصة في بداية حياتهما التي كان الأجدى بهما صرف طاقتهما لتحسين الاندماج بينهما لبناء حياةٍ زوجيَّةٍ متينةٍ صُلبةٍ تستطيع مواجهة عواصفَ مُستقبَلِ الأيام.

وهذا **الأمر** المالي يقف وراء **هدم** كثير من الزيجات في الفترات المُبكِّرة للزواج حتى اشتهر طلاق الأزواج في السنة الأولى، وعدل لاحقًا إلى الثلاثة شهور الأولى.

ومن أشهر الكلف العامة دون التفصيلية:
- العلامة (الشبكة).
- حفل الخطوبة.
- شراء المنزل أو تأمين إيجار المنزل المناسب لفترة قادمة معقولة.
- تجهيز المنزل.
- حفل العرس.
- شهر العسل محلياً أو خارج البلد.

فضلاً عن مصاريف متابعة الحياة اليومية والروتينية، كل ذلك؛ قبل الإشارة لخطة الإنجاب ومواعيده، هذه المصاريف والكلف دونها التحضير الجيد والمهارة في إدارة المال المتاح وترشيده، والنصائح الفنية والمهنية إداريًّا وماليًّا عديدة، منها المبسَّط ومنها المتقدِّم، ولكنَّ المَقامَ لا يسمح بأكثر من الإشارة إلى وجودها والراغب يبحث عن المتخصصين فيها.

سؤال شهير:
يشتهر في بيئة الولايات المتحدة الأمريكية سؤال عند النّساء؛ **لماذا يتهرّب الرجل عند مطالبته بالزواج؟** وتضيف تعللاً: رغم أنّنا مع بعضنا منذ فترة وقطعنا المراحل المختلفة وحان وقت الانتقال لمرحلة "الزواج".
الإجابة الأشهر عند المختصين والمحترفين وشبهتة الوحيدة: **عبارة "جهوزية المرأة بيولوجية وجهوزية الرجل مالية"**، وهذه العبارة تنبِّه إلى طريقة تفكير العقل الذكوريِّ وبرمجته، فتراه يحسب السلسلة المنتظِمة من الالتزامات؛ البيت، الأولاد، وما يليها وما بينها، وقبل ذلك لا يُقدم، لذا الكثير من الرجال يتهرّبون، حتى إنّ بعضهم يهرب بعد ذلك وفي خضمّ منظومة الأسرة.

(4)
الجهوزية الثقافية[1]

تزداد أهمية الثقافة الزوجية لصيانة زواج ناجح، وينبغي تعلُّمها قبل الزواج بل قبل اختيار الزوج. فإنّ أهميتها عظيمة في هذا الزمان بسبب التعقيد الثقافيّ الذي طرأ على حياة البشر وتغيُّر الكثير من المفاهيم لدى الجنسين، وشيوعِ مفاهيمَ جديدةٍ وتوقُّعاتٍ زائدةٍ من الزواج كانت سببًا كبيرًا في انتشار الطلاق.

وقد يظنّ البعض أنّ الثقافة الجنسية المتمحورة حول الجسد التي يتلقاها طلاب المدارس في أوروبا وأمريكا هي الثقافة الزوجية المطلوبة، وهذا ظنّ خاطئ، إذ حتى المجتمعات المتقدِّمة لا تُعِدّ شبابها وشابّاتها للزواج، ولا تزوّدهم مدارسُها بثقافة زوجية تساعِدُهم على التمتع بحياة زوجية سعيدة.

إنّ الثقافة الزوجية المطلوبة أوسعُ وأشملُ من الثقافة الجنسية، ولعلنا نتصوّر شمولها وأهميتها عندما نذكر بعض الأفكار والموضوعات التي يلزم للشاب والفتاة فهمها قبل الزواج:

1. **فهم التشابه الكبير بين الرجال والنّساء:** بإدراك أنّ أيَّ رجل منّا كان يمكن أن يولد أنثى، وأنّ أيَّ امرأة كان يمكن أن تولد ذكرًا، أي أنّ المرأة إنسان كما أنّ الرجل إنسان. إنّ إدراك ذلك يحمي من مشاعر استعلاء جنس على آخر.
2. **فَهم الفروق بين الزوجين:** يجعل كلاً منهما يتقبَّلُ اختلاف الآخر عنه في الطباع، ويحترم هذا الاختلاف لأنّه هو الذي يجعل الزوجين مكمّلين بعضهما بعضًا لا مكررين بعضهما بعضًا، وبالتالي يكون ارتباطهما وحبّهما إضافةً إلى كل منهما، فتتكون منهما أسرة تجمع محاسن الرجولة ومحاسن الأنوثة وينعم كلٌّ منهما بما يَنقصه من خلال صاحبه.

[1] د. محمد كمال الشريف، الاستعداد للزّواج بالنّضج والثّقافة الزّوجيّة، http://annafs.com/articles/، بتصرف.

3. **الفَهم العلمي النفسي لأسباب الانجذاب بين الرجال والنساء:** ما الذي يُعجب الرجل في المرأة ويجعله يُحبها، وما الذي يُعجب المرأة في الرجل ويَجعلها تُحبّه، إضافة إلى فَهم العوامل المطلوبة لنجاح الزواج؛ من كفاءةٍ وقربٍ فكريٍّ وثقافيٍّ واجتماعيٍّ وغيرِها، تلافيًا من اتساع الهُوَّةِ بينهما لاحقًا.
4. **فَهم طبيعة الحب الرومانسيّ:** القائم على الإعجاب (الانجذاب) واعتقاد الكمال في المحبوب ورؤيته كائنًا مثاليًّا لا عيب فيه، حيث يرى فيها الشاب فتاة أحلامه ويرى فيها كلَّ الصفات التي يحلم بها في زوجته، بينما ليس فيها من هذه الصفات إلا بعضها، وكذلك هي ترى فيه فارس أحلامها وأنَّ فيه كلَّ الصفات التي تَبحث عنها في زوج المستقبل، بينما الواقع أقلُّ بكثير من هذا الوهم الذي يقع فيه المحبون الرومانسيون، فيَقصُرون سعادتهم على العيش مع هذا المحبوب والارتباط به؛ لكنَّ الوهم ما يلبث أن يزول بعد الزواج بشهور قليلة، وتعود عوامل كثيرة أخرى لتحدّد مصير هذا الزواج.
5. **فَهم طبيعة السلطة داخل المنزل:** وَجدت الدراسات في المجتمع الأمريكيّ - رغم أنّهم لا يؤمنون أنّ الرجال قوّامون على النّساء - وَجدت أنّ الصّراع على السلطة بين الزوجين ينحسِمُ في النهاية لصالح الرجل فيما يزيد على 90% من الحالات وتكون السيطرة والسلطة للزوجة في أقل من 10% من الحالات، لكنَّ هذا الصراع على السلطة ينحسم عادة بعد أن يسيئ جدًا إلى الحبّ ما بين الزوجين ويقتل الرومانسية بسرعة وبخاصة من ناحية الرجل.
6. **فَهم الاختلاف في أسلوب التعبير عن الحب بين الرجال والنساء:** فعلى سبيل المثال يُعبّر الرجل عن حبّه للمرأة بالعطاء الماديّ، وتُعبّر المرأة عن حبّها له برعايتها له والاهتمام به، ولو بأنْ تُحضِرَ له الشايَ بنفسِها ولا تترك ذلك للخادمة.
7. **الفَهم النفسي للغَيرة ودوافِعِها عند الرجل والمرأة:** غَيرَةُ الرجل تراها المرأة دليل حبّ واهتمام ما لم تصِلْ حَدَّ الشكّ، وغَيرةُ المرأة على الرجل في علاقته بها حيث يراها اتهامًا له بالضعف وعدم القدرة على الصمود أمام إغراء الأخريات، وتُشعره بتحكُّم زوجته به، الأمر الذي يَنفُرُ منه، فالنفس البشرية لا تقبل النقض.
8. **فَهم المرأة لأهمية مراعاة استقلاليَّة الزوج:** وتدعيمها لثقته بنفسه من خلال الامتناع التامِّ عن وعظه أو محاولة توجيهه إلى أفعال معينة مهما كانت رائعة، وكذلك كراهيته الشديدة لانتقادها تصرفاته.
9. **تقدير المرأة لِمَا يقدِّمه الزوج:** فَرضاها وإشعارُها له أنّه ناجح في إسعادها أي "عرفان بحقّه" يجعل الرجل يبذل المزيد بحماس، أمّا إشعارُه أنّه مقصِّرٌ في حقّها أو حقّ الأطفال، ومطالبته بالمزيد من هذا المنطلق، فإنّه يقتل لديه الرغبة في أن يُقدِّم، ويجعله يرى زوجته مصدر إحباط كبير له في الحياة.
10. **فَهم الزوجين لحقوقهما وواجباتهما:** فالزوج الذي يتتبع أخطاء زوجته أو نقاط تقصيرها، يجعلها تَشعر أن جهدها ضائع معه، ويصيبها بالكآبة والإحباط وفقد

الحماس، وبالمقابل تقدير الرجل لجهود زوجته معه وفي البيت يجعلها تبذل أكثر وهي سعيدة راضية.

11. **فَهم المشكلات التي تُعكِّرُ صفو الحياة الجنسية للزوجين**: والطب النفسي مع فروع الطبّ الأخرى قادر على علاجها ليقي الأسر من التفكك.
12. **فَهم أثر الاضطرابات النفسية**: كالقلق والاكتئاب، الكثيرة الانتشار هذه الأيام في الحياة الزوجية وكيف (1) أنّها تُعيق السعادة الزوجية (2) وأنّها قابلة للعلاج.
13. **إدراك أنّ تدخل الأهل مُنحازٌ عادة**: عادة تدخُّلُهما سيزيد المشكلات شِدةً وتعقيدًا، وأنّ اللجوء إلى مستشار نفسي محايد أفضل كثيرًا، كما أنّ حفظ الزوجين لأسرار الأسرة يجعل أهله وأهلها ينظرون إليهما باحترام أكبر.
14. **تعلُّم الزوجين قبل الزواج فن حلِّ النزاعات بينهما**: لأنّ النزاعات لابدّ من حدوثها بين أي زوجين، وعدم امتلاك المعرفة والمهارة لحلّها يسبب طلاق الكثيرين دون داعٍ.

الفصل السابع
صناعة قرار الزواج

قبل الإقبال على خطوة الزّواج يجب **على الطّرفين** البحث عن الشريك المناسب، بأن يكون **الرّجل** صاحب خُلُق ودِين، وأن يكون رجلًا متزنًا لا طائشًا، وأن يكون أهلًا للزواج وقادرًا على إسعادك، وأن تكون **الفتاة** صاحبة خلق ودين وقادرةً على القيام بواجبات الزواج على أتمّ وجه، **فالأسرة** ذكر وأنثى وسعادة الذّكر دون الأنثى أو الأنثى دون الذّكر لا يمثل ما نصبو إليه روحيًّا ونفسيًّا وإنسانيًّا واجتماعياً.

(1)
القرار

إذا أمعنّا النظر في كبير أو صغير أمور حياتنا نجد أنّها تراكم سلسلة من القرارات المستمرة، وإن كانت تُصنَّف قرارات: (1) لَحْظِيَّة (2) بسيطة (3) قصيرة الأجل (4) طويلة الأجل.

عمليًّا: الدخول للنوم قرار، الاستيقاظ بموعد محدد قرار، دخول الحمام قرار، غسل الأسنان قرار، الاستحمام قرار، اختيار اللباس قرار، تمشيط الشعر قرار، ترتيب الذات قرار، التطيب قرار، اختيار الحذاء قرار، حمل الحاجيات الضرورية قرار، الخروج من المنزل قرار، ركوب سيارتي أو النقل العام قرار، الذهاب للعمل أو سواه قرار، السلام على الآخرين قرار، استهلال العمل قرار، متابعة الجهد قرار، إجابة المستجِدَّات في العمل قرار، الانصراف من العمل قرار، تفاصيل ما بعد الدوام قرار، العودة إلى المنزل قرار، دخول المنزل قرار، تحية أهل البيت قرار، وضع الحاجيات المرافِقة قرار، نزع الحذاء عند الدخول قرار، وعدم نزعه قرار، التخفّف من الملابس عند الدخول قرار، ترتيب الملابس أو بعثرتها في أرجاء المكان قرار، التحية الطيبة لأفراد العائلة أو سواها قرار، الاطمئنان قرار، الاستفسارات العادية والمتابعة قرار، لبس ثياب الجلوس في المنزل قرار، المعاونة بالمطلوب والممكن في شؤون المنزل قرار، انتظار افراد العائلة للاجتماع إلى الطعام قرار، تناول الطعام قرار، قراءة الصحف أو الكتاب المعين قرار، معاونة الأطفال بدروسهم قرار، الاهتمام بحيثيات يوم الشريك قرار، تلبية مستجدات المنزل والأسرة قرار، السهر مع العائلة قرار، تجاذب أطراف الحديث مع الشريك في ختام اليوم قرار، دخول غرفة النوم قبل الشريك أو معه أو بعده قرار، التقاء الشريكين العاطفي والجسدي قرار، الاسترخاء بلطافة وإلفة ورحمة في لحظات قبل النوم قرار.

فاليوم من بدايته إلى نهايته عبارة عن منظومة قرارات متدفقة، منها ما يتم بأريحة ويسر وسهولة ومنها بغير ذلك، وهنا مكمن المهارة الفردية لكل من الذّكر والأنثى في بناء هذه السلسلة فيما يسهِّل الحياة أو يعقِّدها، وكثير من القرارات تتحوّل بالإصرار والانتظام إلى تلقائية بسيطة، وإن كانت بداية غير ذلك.

(2)
قرار الزواج

هو نمط من القرارات التي تُعلَن، به وعبره، بداية المستقبل المشترك مع شريك الحياة، وهو ليس من القرارات اليسيرة أو البسيطة النمطيَّة، بل دونه التروِّي والتحقُّق من الذات وقدراتها وإمكاناتها ورغباتها وكذا من الشريك.

وهو القرار المنفرد بداية والمجتمع نهاية، وعلى الشريك أن يكون صريحًا وصادقًا مع نفسه ومع شريكه، ليأتي البناء صُلبًا يستطيع الصمود في قابل الأيام، مع اليقين بأنّ مفردات المستقبل الآتية ليست كلها بأيدينا أو لنا سلطان قوي عليها.

فجودة القرار وتعميقه من الشريكين، كفيل بمدّ جذور شجرة الزواج عميقًا في الأرض، ويُعينها على التصدّي عندما تهبُّ علينا رياح الحياة، وبخاصة بعد ثمار الزواج (الأبناء والبنات).

وحماية القرار اليوم وغدًا، بمراعاة المخاطر المصاحبة والمحتملة، والسير بأقلّها ضررًا، وممّا يساعد الشريكين أو يطمئنهما إلى قرارهما النظرُ للبدائل، فليست كلها كما نحبّ فهناك الأشدّ ممّا نجد، فإنْ سلّمنا الله منها حمِدناه، وإنْ أصابتنا سألنا الله العون والصّبر.

(3)
مسارات العلاقة بين الذكر والأنثى شبه العادي
(من دون تدخل الموت في أي لحظة)

ذكر	اللقاء والتعارف	مرحلة الخطبة	المتفقان يتابعان ويتزوجان	ينجحان ويكونان أسرة	مع أولاد	بضغوط اقتصادية	يصمدان	يتطلقان
						بضغوط نفسية وصحية		
					بدون أولاد	مع مشاكل	يتابعان	يتطلقان
						دون مشاكل	يتأقلمان	يتباعدان
					مع مرض الزوجة	الكبير والمكلف	يتجاوزان	يفشلان
						مانع اللقاء الزوجي	متفاني	متثاقل
		ينجحان يتابعان			مع مرض الزوج	الثقيل المرهق	يتباعدان	يكافحان
أنثى						مانع اللقاء الزوجي	متفانية	متثاقلة
					مع إعاقة ولد أو أكثر	التقبل والاستمرار	من الطرفين بدرجات	
						تخلي أحدهما	يكافح الملتزم	
		يختلفان يفترقان		يتطلقان	مع أولاد	بتغليب صالح الأولاد	من الطرفين بدرجات	
						بتوتر مضر بالأولاد	من طرف بشكل أكبر	
					بدون أولاد	بتفهم وحسن تعامل	من الطرفين بدرجات	
						بكيدية وتشهير	من طرف بشكل أكبر	

(4)
حسن الاختيار

القرار عمومًا، هو ثمرة أو نتيجة لعملية واسعة من الاستقراء والتحليل والمفاضلة بين البدائل، حتى من لا يعرف هذه الألفاظ، لو دقّق لوجد التدرُّج في قراره قد تتبع خطواتها، وينبغي للمُقدِم على الزواج، ذكر أو أنثى، أن يضع خريطة الجدول السابق **"مسار العلاقة بين الذكر والأنثى"** في حسبانه لتحسين مستوى صناعة القرار في مراحله المختلفة، ولتكون الاحتمالات في ذهنه واضحة، ولْيَحمَدِ الله من ناله التميُّز عن الحالات الأخرى، وبالمقابل من لم يكن نصيبه الجانب الإيجابي، تنبه للحل إن بالخروج الآمن أو البداية الجديدة.

ومن عظيم النِّعم على الشريك أن يوفَّقَ (1) لحسن اختيار شريكه، (2) وجميل التفاهم على آليات إدارة حياتهما في السرّاء والضرّاء، (3) والمنهجيات المختارة برضاهما في البدايات تُعزِّزُ فرص نجاحهما في إدارة حياتهما بحلوها ومُرّها، جليلها ودقيقها.

فقرار الزواج هو البداية والأهم، وقرار الاستمرار هو الأطول والأصعب، ولكن قرار الانفصال هو الأكثر مرارة. وبمقاييس كبار القيادات، فإنّهم لا يصلون للبتّ والقطيعة إلا بعد العديد من البدائل. ولْنقِسْ ذلك – للتقريب - على المشاكل بين الدول، القادة العظام يضعون سلّمًا من القرارات المتدرِّجة لحل المشكلة القائمة أو الطارئة وفي قاع اللائحة يكتبون قرار الحرب، ويُسمّونه القرار الفاشل والأحمق، ولا ينبغي لقيادي حصيف أن يصل إليه مهما زادت عليه الضغوط، فبدايات هذا القرار معروفه ولكنَّ نهايته مجهولة، وأضراره متزايدة بشكل دراماتيكي حتى لو جاءت الأمور في النهاية لصالحه، فمشاقّه وكُلَفُهُ ومراراته على الشعوب (الأولاد في حالة الزواج) أوسع من أن تُحتَمَل، لذا نجد علاج ما بعد الحرب، وبناء البلاد ومؤسّساتها أعظم وأشدّ من البناء الأول الميسَّرِ المتتالي والأقلِّ كُلفة.

فالعديد من الأزواج يظنّون أنّ بسيطَ ما يعانون؛ هو أعظم ما قد يحصُلُ على وجه الأرض، أمّا لو تفكَّروا في البدائل واعتبروا بما أصاب غيرهم، لخجلوا من أنفسهم وتجاوزوا مشكلاتهم وتابعوا بحذر أكبر متلافين المخاطر الأعظم، **فالشقيّ من لا يعتبر بغيره**، أي ليس من المتقنين للقرار مَن يتصرّف بالأسوأ رغم ما نبهته إليه قريب الحوادث مع الأصحاب والآخرين.

والنَّصيحة، **الأعمّ والأهمّ والأدقّ**: دأب الشريكين على تأكيد حرصهما على بعضهما، ففي هذا دعم نفسي هائل للطّرفين مطلوب محتاج إليه وقت الأزمات بينهما، وبخاصة مع تدهور الحالة النفسية لأحدهما، وليغلّبوا **الاحترام** بينهما، فإنْ أحبّ أحدهما شريكه أكرمه، وإنْ بغضه لم يُهِنه.

وليس أقسى وقعًا على النفس من الاستخفاف بها أو بأوجاعها، وهذا عامٌّ في الشريكين، وإن وجدناه أظهر في الإناث لقدرتهنَّ الأعلى في التعبير عن مشاكلهنَّ ونفسياتهنَّ من الذكور.

(5)
صيانة الاختيار

ندخل القفص الذهبي بالكثير من الآمال والطموحات من غير تدرّب على حمايتها من الفشل. لذا ومع بسيط المشكلات المستجدّة، نجد الذّكر أو الأنثى يختار من مروحة المعالجات المتاحة أقصاها وأشدّها، متناسيًا التدرّج واستخدام البدائل، وترك المجال للآخر لالتقاط أنفاسه وتلقُّفِ المحاولات الطيبة.

وما هذا إلا للثقافة الاجتماعية السائدة على قاعدة: "ابنُكِ على ما تربّيه، وزوجك على ما تعوّديه"، وبالمقابل للزوج "اذبح القطّ من أول ليلة"، أي لا تسمح للشريكة بأدنى شيء من اللحظة الأولى، **فهل هذا يُعقل في التعاطي الإنساني؟!!**، فكما لك حقّ؛ للشريك حقّ أيضًا، وهو إنسان مثلك وله أهل يحبّونه، وكان له خياراته، وسيكون له خياراته، فهذا الشحن اللامنطقي لا يُقبل ولا ينبغي أن يسود، فنحن نُقدُم على زواج وليس على ساحة نزال واقتتال.

وعليه، لابدّ لكل من "الذّكر والأنثى" من أن يتوقّع سلفًا وجود مشاكل متفاوتة في حجمها ومقدارها وأيضًا توقيتاتها، وهذه المعرفة المسبَّقة تُعين النفس على النظر في الحلول بمزيد تروٍّ وتأنٍّ ثمّ التدرّج في الحلول وبدائلها. فالهدف الأسمى النجاح في بيت الزوجية، دوام الألفة والرّحمة بين الزوجين العازمَين على تجاوز مشكلاتهما بالعقل والرَّويَّة والاحترام المتبادَل. على أن يتنبّها ويحصرا المشكلة بينهما من بدايتها حتى حلّها، وما إن يخرجا بها عن هذا الحدّ، نكون كمن عرَّض جرحًا بسيطًا لمزيد ملوِّثات فتتدهور حالة الجرح لمستوى الالتهاب أو قد تصل بعد فترة للتعفّن، ويليها عند مزيد تعنّت بترُ العضو للأسف.

وهو ما لا يُنصح به وحتى لو تمّت المعالجة المرحلية فقد نصبح بحالة "ضعف المناعة" فعندها حتى صغير المشكلات قد يودي بنا إلى العزل والانعزال أو الإجراء الجراحي الدقيق.

وبعد الصيانة من التدخلات الخارجية، لابدّ من صيانة مشكلات الزواج من لحظة **"الغضب أو التعنّت"**، وليكن بين الزوجَين عهد أن لا يناقشا مستجدّ المشكلات في حالة الغضب، فالغضب يُعمي الإنسان ويَذهب برجاحة عقله، حتى لو اضطرا لتأجيل النقاش والحلّ لوقت آخر، يكون فيه العقل حاضرًا مع غياب الغضب والتحيُّز والحَنَق والقرار المسبَّق، فيسود تلقائيًا النقاش الهادئ بحيث يستمع كلُّ طرف لوِجهة نظر شريكه بالموضوع، فقد يتبيّن عكس المظنون تمامًا، فتهدأ النفوس بشكل أسرع وترتفع مناعة الحياة الزوجية في صدّ العديد من قادم الصعاب أو المشكلات الداخلية والخارجية. وهذه **المناعة** مع الأيام لها

مفعول السّحر على العلاقة بين الطّرفين، فيزيد التقدير ويرتفع منسوب الحبّ بينهما، فتبدأ مرحلة جديدة في حياتهما ومستوى أعمق من المشاعر والتفاهم والنظر للأمور، فنراهم أكثر قدرةً وانسجامًا للحديث عن مستقبلهم والتخطيط له وتتوسع مروحة البدائل عندهما، فقد جمعا **عقلين وقلبين** على أمر واحد، وهنا تحلّق فرصهما بالنجاح الأُسْرِيِّ والعمليِّ والنفسيِّ وحتى الجسديِّ. مع هذه اللحظات، نجد من يَذكُرُ الزواج بكثير محاسن وهم القلّة في مجتمعاتنا، ويناهضهم بالمقابل الكثيرون عند ذكر هذا الكلام إن في الجلسات الضيقة أو الموسَّعة، ومع ذلك يَتنهّدون يَصدّون الهجوم ويُصرّون على إيصال الإيجابية للآخرين، فالهدوء النفسيُّ والاستقرار الأُسْرِيّ هما الأرض الصالحة لبناء أبراج الإنجازات داخل الأسرة ومع الأسرة، وينتج من هذا الوئام، ذرّيّة مُتهيِّئة للنجاح مُحصّنة ضدّ الزلّات، مدرِكة طريقها نحو هدفها بإصرار، فتتراكم النجاحات ونصبح أمام النموذج القدوة.

الفصل الثامن
إنجاح الزواج

النجاح هو ثمرة الإنجاح، أي هو حصيلة سلسلة منتظمة ودؤوبة من جهود الشريكين لتحقيق أهداف الزواج، من الاستمرار إلى السعادة. ولا يتأتّى ذلك؛ دونِ تبصّر الطّرفين وبصيرتهما في تناول مستجِدِّ المشكلات وتفاوت الأمزجة والآراء طَوال درب الحياة المشتركة.

فغياب بعض الأمور ولو بتأثير ضغوط الحياة المختلفة عن الشريك، قد يورث العلاقة مشاحنات يمكن تجاوزها في الأوقات العادية. هذه الزاوية من التناول قد يقع فيها أي الشريكين أو كلاهما معًا، لذا ينبغي عليهما أو على الآخر الأقل ضغوطًا أن يستوعب شريكه حتى يستعيدا سويًّا هدوء العلاقة، غير أنَّه في بعض الأحيان يتساءل أحد الشركاء وبعد لحظات الصفاء، لماذا تطوَّر الأمر والخلاف إلى هذا الحدّ؟ كيف لم أتنبّه أنّه كان يُمكنني النظر للموضوع بمنظور آخر؟ كيف؟ وكيف؟**!**

ما يغيب عنا أحيانًا؛ أنّنا لا نراجع طاقاتنا الخاصة في الاستيعاب والتقبُّل والتفهُّم، وننجرف بمخزون طاقتنا السلبية نحو مناطق أو قرارات نندم عليها لاحقًا. فلكل منا وعاء (صندوق) نفسي يمثل حدود الطاقة لدينا، وهذا الوعاء لا يُفرِّق بين مكوِّناته "تافهة أو جليلة"، غير أنّه وللأسف تراه معظم الوقت شبه ممتلئ بالتوافه ممّا يجعل صغير الأمور أو كبيرها يفجِّر مشكلة مفاجئة بداية للطّرف الآخر ثم للشريك ذاته بعد مراجعة نفسه، ليتبيّن أنّ الأمر الذي كان بمثابة شرارة انفجار المشكلة، لا يزيد عن كونه **القشّة التي قسمت ظهر البعير**.

فمِنْ دَرْءِ المخاطر وجلب المنافع، الحرصُ على إفراغ وعاء النّفس باستمرار، و يا حبذا لو كان في أسفله تنفيسة أو فتحة غير مغلقة لتفريغه أولاً بأول، وهذا المستوى من الرقيِّ النفسيِّ لا يتمتع به الكثير وبخاصة في بدايات الزواج أو مرحلة الشباب والعنفوان، لنتندّر لاحقًا وبأسف عن قِصَرِ نظرنا في تلك الحِقبةِ الفائتة، فهدوء النفس مع مرور العمر وجلاء الصورة لمن تمتّع بصفاء الفكر ونضوج العقل، وبأوسعَ مِن أقرانِه أو بأسبقِيَّتِه عليهم.

فإذا عرفنا حدودنا وطاقتنا، بشكل جليّ، سَهُلَ علينا تفادي مسالك الانزلاق، فلكلّ منّا وعاءان أو صندوقان ينبغي التنبّه لهما ومنهما وعليهما، وهما:

1. **صندوق العقل**، كما عند النفسيين، وهو ما أسميناه سابقًا **"وعاء النفس"** وعليه كثير تعويل.[1]
2. **صندوق الجسد**، والمعروف عند الفقهاء "بالصُّلب والترائب"، أي الذّكر عنده **"وعاء الصُّلب/الظهر"**، والأنثى تمتلك **"وعاء الترائب/الصّدر"**. وقد يُطلِقُ عليه المختصِرون **وعاءَ الشهوة**.

[1] الاستشارية الأسرية، فيروز العشي، تقول: "العقل يتأثر بالفكرة والنفس تتأثر بالعقل والسلوك يترجم شعور النفس".

وفي الحفاظ على الصندوقين فارغين أو على الأقل غير ممتلئين، كلّ الهناء والسرور والزواج الميسَّر والشراكَةِ المُدرِكَةِ طريقَها نحو النجاح.

والسؤال: ما الذي يملأ **"**وعاء النفس**"**؟
الجواب: (1) والتوافه، وهي الأكثر والأوسع والأكثر ضررًا (2) الأمور الجلل.

(1)
تلافي امتلاء وعاء النفس

أولاً: بالتوافه (كرة ثلج تكبر كلما تدحرجت)

كثيرٌ من توافه الأمور نعظّمها ونراكمها، فتتحوّل إلى هوّة سحيقة تفصم الحياة الأسرية، وعليه لا بدّ من أن ننزلها منازلها كي لا تجرّنا إلى ما لا يُحمد عُقباه من المواقف والقرارات، فضلاً عن عبء معايشتها والتركيز عليها.

البعض قد يستغرب موضوع التوافه، ويقول هذا من المبالغات فالقرارات المصيرية تأتي من الأشياء الكبيرة والجوهرية وليس من السفاسف أو قليل الأهمية، **هذا ما يظنّه الكثيرون في الحياة الزوجية**، ولكن مَن ينهض للعمل بهذه القاعدة أقلّ القليل من الأزواج، والآخرون يعملون بسياسة المراكمة للتافه وغير التافه، وبخاصّة إن كانوا يستغلّون التوافه في فضح الشريك أمام الآخرين (كالأهل والقاضي) في لحظات الشقاق والنزاع، وما ذلك إلا لتسجيل نقطة على شريكه، ليدرك "المستغِلّ لها" نفور السامعين منها واستغرابَهم لها، وفي مجتمعاتنا نميل للتركيز على أصغر الصغائر لتوظيفها في توجيه الرسائل المبطَّنة والمعلَنة لطرف العلاقة المتَّهم بها، أي بلغة أخرى توظيفها في النّميمة والشماتة، وقد تُستخدَم في أكثر من ذلك والعياذ بالله.

هذا فضلاً عن آثارها المؤلمة والمدمّرة أحيانًا، وسيشعر الطّرف الذي اتّهم بها، بعظيم ثقلها وصعوبة العيش معها خصوصًا في حال الإصلاح بين الزوجين وتشجيعهما على أنْ يعطيا نفسيهما فرصة جديدة من **"أجلهما"** أو **"من أجلهما وأجل أولادهما"** إنْ كان عندهما أطفال، علمصا أنّ آثارها لا تنتهي حتى بانفصال الشريكين، وقد تكون سببًا أساسيًّا في اختيار شريك جديد (1) إمّا انتقامًا بظنّنا من الآخر (وستنتهي بخطأ أكبر من السابق) (2) وإمّا تعلمًا مما سبق فنحسن الاختيار، والثانية ما نتمناها وندعو إليها.

إذاً هي مرارات نفسية ستتذكرها النفس بين الحين والآخر بكلّ أسى وصعوبة، وستزداد مرارتها عند تدخل إبليس بوساوسه ليذكرنا بها وفي مقدَّمها القبيح وبخاصة في اللحظة التي تبدأ النفس معها بالهدوء على الشريك، أو عند مراجعة الذات بروية وقياس الكثير منها على المستجِدّ من المواقف الإيجابية، وكيف أنّ شريكي أو شريكتي لم تخذلني، ويعاتب أو تعاتب

نفسها **"كيف لم أتنبه لذلك سابقًا؟"**، هذه المراجعة المتأنية والواعدة لا تُرضي شياطين الإنس و الجن ولا النّفسَ الأمّارة بالسّوء.

ملاحظة: من المهم اختيار من نشكو أمامه أو له بدقّة، ولا بدّ من أن يكون ناصحًا أمينًا، أو بلغة أخرى حريصًا على الشريكين ومصالحهما. أمّا إنْ نشرنا التوافه أمام من لا تنطبق عليه هذه الصفات، فسنكون سلّمنا بأيدينا هذا السّلاح لغير الغيورين على مصلحتنا، فيتسلطون به علينا لتحقيق مآربهم الخاصة من دون اعتبار لحياتنا الخاصة أو الزوجية.

وسنضرب عيّنة من أشهر التوافه بهدف إنزالها منزلتها فقط، دون تعظيم أكثرها، وبالمقابل نستهدف النّصح باعتماد جميل التعامل ولطيف الكلام لحلّ بعض المشاكل أو كثيرها من هذه التوافه تداركًا وحرصًا على مستقبل حياة كلّ منكما وحياة أسرتكما.

وللتسهيل سنعتمد التدرّج التالي:
- **البند الأول:** (في يوميات الأسرة) بدايتها من لحظة دخول الشريك من باب المنزل وحتى الخروج منه في اليوم التالي،
- **البند الثاني:** التوافه في الزيارات العائلية أو الخاصة،
- **البند الثالث:** المسجَّل في تربية الأطفال.

البند الأول: (في يوميات أسرة) بدايتها من لحظة دخول الشريك من باب المنزل، وحتى الخروج منه في اليوم التالي.

ولنتدرَّجْ متصوّرين شريط اليوم نستعيده في مخيلتنا:
- الدخول من باب المنزل بالحذاء وقذاراته، والتنقل في أرجاء المنزل دون استخدام الحذاء المخصص للتنقل الداخلي.
- نزع الحذاء من بداية الدخول من الباب وصولاً إلى غرفة النوم مرورًا بالصالون والمطبخ وأحيانًا إلى غرفة الأولاد، لتبدأ بعدها عملية البحث عن فردتي الجوارب أو حتى فردتي الحذاء، بدل وضعه في خزانة الأحذية القريبة من باب الخروج.
- قذف المفاتيح أو المحفظة أو الحقيبة والمرفقات في أي مكان خلال رحلة التنقل بالمنزل، لتبدأ دوامة إعادة استرجاعها، خصوصًا إنْ طرأ مساءً ما يدعو للرجوع إليها أو صبيحة اليوم التالي، فتتعالى الصحيات والتشنجات الكلاميَّة وحتى الاتهاميَّة للشريك الآخر بأنّه حرّكها وأزاحها من المكان الذي يظنّ المدّعي أنّه وضعها فيه وكثيرًا ما يتبيّن له خطأ ظنّه ليوقن أنّه هو الفاعل، ولكن تلك اللحظة:
  - يصمت ويغادر المنزل دون أدنى اعتذار، أو يخرج ممثلاً أنّه منزعج أو مضطهَدٌ داخل منزله، ويسعى لحبس مستوى العبسة ليستهل به مشروع النكد عند العودة ليُظهر للطّرف الآخَر أنّه ممتعض، وأنّه يعاني من ومع شريكه.
  - وعاقبة هذا الجفاء المتكرّر، إن لم نَقُل المنفجر أحيانًا بين الشريكين، تظهر في تقاذف الاتهامات أو سرعة اتّهام كلّ طرف للآخر والبعض يستغلّ في

لحظة تتضافر الظروف لصالحه أن يفجّر خلافًا ليسجل نقطة على الشريك وكأنّنا في "90 دقيقة تنافسية" للعبة كرة القدم التي لن نلتقي بعدها.

- دخول البيت بجوع يعصف لتبدأ رحلة البحث عن الطعام، وإنْ لم يجد فيقول الشريك: هي لا تهتم بي: وتقول هي: هو غير متعاون أو متعصبٌ ضدّ عمل النّساء. أو سيناريو آخر: رغم تكراري عليه وتأكيده أنّه سيُحضر المستلزمات المدوّنة في الورقة المتّفق عليها فهو لم يحضرها، أي يريد أن يفتعل معي مشكلًا أو يحرجني أمام أولادي أو ضيوفي ممّا يستدعي نظرات عين مائلة متجّه من أسفل لأعلى وعاصفة غضب تتأجج تحت رماد الصّمت الضروري أمام الضيوف أو الأولاد، لتنفجر لاحقًا بعتاب "مقرّر سلفًا" تحويله لخصام من كل طرف.
- خلال المُكث في المنزل بعد الدوام قد تكون الأمور مرّت عادية للحظات الاجتماع العائليّ على التلفاز أو على العشاء الذي يغلب عليه الصّمت إلا صوت المضغ وأحيانًا صوت أدوات تناول الطعام وهزهزة الرأس والرقبة يمنة ويسرة صعودًا ونزولاً وبينهما بعض النظرات الفاحصة والمتفحِّصة وقليل الكلام المنقطع السياق وأحيانًا المعنى، ليُستأنف أحيانًا في جلسة تالية أو مع أول نقاش فيه رغبة من أحد الطرفين لتحويله لخصام.
- قد تمرّ ليالٍ يشوبها التوتر، فنرى الدخول بالتعاقب لغرفة النّوم وتعمُّد التأخّر في الدخول أحيانًا على الشريك عند الظنّ بأنّه بدأ نومه لِنُشعِلَ الضّوء، ونتعمَّد إحداث الجلبة لإرسال رسالة غير منطوقة بانزعاجه أو يتعمّد البعض الاستفزاز والتوتير تمهيدًا لغاية كامنة في نفسه.
- أحيانًا تغلب الرومانسية فيكون دخول غرفة النوم صحبة أو بالتتالي المتقارب، ويكون لطيف الكلام ومعسول الحديث وتكون الاستراحة بعد اللقاء الزوجي وهي اللحظات التي تنقل الرومانسية أطرافها لحالة من الاسترخاء الجسدي والمزاجي، وماهي إلا لحظات حتى يتذكر أحد الشريكين رغبته في **النّكد** فيلقي في ماء الهناء والسرور اللحظي حجرًا مسمومًا فتتباعد الوجوه وتلتقي ظهورهما ويبدأ شدّ الغطاء أحيانًا من الشريك أو للأعلى بحجة تغطية الرأس. ومَكمَن الخطورة التي يستهين بها الإنسان أنّ هذه اللحظات ليست كغيرها، ولا يليق توظيفها بما لا يخدم حياتهما.
  - فقد تفسّرها الشريكة أنّه غير مهتم بي ويريد فقط قضاء شهوته، وتجيِّرها عقليًا في منطقه أنّه ليس الشخص المناسب لأطمئن على مستقبلي معه. وهنا تلتقط النفس الأمارة بالسوء، وكذلك الشيطان يلتقط هذه المعلومة العقلية لتُستخدم لاحقًا ضمن سلسلة تراكمية تحقق غرض الفكرة وجر صاحبتها للفراق بشقاق ونزاع أو غيرها.
  - وقد يفسرها الشريك أنّها تريد من ملاحظتها إحراجي والتلميح لرجولتي كون هذه المرة لم تكن على هواها، فيُضمرها في نفسه فتنحت النفس الأمارة بالسوء والشيطان لوحة جاهزة للعرض مع أول احتكاك.
- هذه السلبية في التفكير ناتجة عن أهداف نفسية خفية تميل لإظهار مشكلة في كل لحظة جمال في حياتهما، علماً أنّ كلًّا من الطّرفين لو تناول أدنى أطراف الحديث الهادئ مع شريكه سيتيقَّن أنّ هذه الظنون بعيدة جدًا عن تفكير شريكه الآخر.

- الاستيقاظ صباحًا بتجهُّم وجه، مع عدم التحية والسلام على الآخر، وتقليل الكلام لأقلّ الضروريّ، وهنا تبدأ النفس الأمّارة بالسُّوء والشيطان في الحشد والتجييش النفسي تمهيدًا لعاصفة قادمة قريبًا أو بعد حين، فمادة الخلاف جاهزة مستترة حاليًّا بانتظار الاستدعاء والطلب.
- تراكم هذه الجرعات من النّكد ينعكس على الصحة الشخصيَّة الجسديَّة والنفسيَّة، ولاحقًا يكون التشتت والانشغال العقليّ بأكثر من العادي، حتى تضعف مقاومة النفس والجسد وتبدأ العوارض بالظهور في الحياة المهنيَّة والاجتماعيَّة وبطريقة لا إراديَّة أحيانًا. وبعدها إنْ لم يتدارك الشريكان الأمر، تبدأ مؤشّرات حياتهما بالانحدار المتسارع نحو الخراب أو الضرر البالغ بما يُعقِّد الاستمرارية.

أمّا **الجزء الأقبح** فنتناوله بهدف وضع الأصبع على الجرح لتلافيه أو علاجه قبل فوات الأوان، فلكل منّا عيوبه التي لا يراها بنفسه مع اتهامه الآخَر بكثير مما يعانيه:

أ- الروائح غير اللطيفة، مواطن الروائح في الجسد عمومًا تبدأ من الفتحات المتصلة بالبطن (1) ما بين الفخِذَين القُبُل والدُّبُر (2) ما بين الفكَّيْن الفم (3) فتحتا الأنف، ويليها (4) تجويف الإبطين (5) رائحة الجسد بشكل عام وبعدها (6) غازات البطن.

- الشريك المنزعج من بعض الروائح يلجأ أحيانًا لأسلوب غير لائق في تبليغ الرسالة لشريكه، فتكون ردّة الفعل الأولى النفور النفسيَّ الشديد لطبيعة النفس بعدم تقبّل ذلك خصوصًا عند منطق المقارنة والتربّص بين الشريكين. وتُعتبر لحظة النفور هذه أرضًا خِصبةً لبناء الكثير من طبقات الخلاف عليها "كبيرها وصغيرها"، فالحذَرَ الحذر.
- والأخطر منها التعليق في السرير بعبارة أنّي لا أحسن النّوم من **رائحة فمك أو أنفاسك،** وهذه من المدمِّرات في العلاقات، فليتنبّه.
- أمّا الخطر الأعظم، فهو ذِكر بعض العبارات غير اللطيفة عن **رائحة منطقة ما بين الفَخِذَين** قبل اللقاء الزوجيّ أو خلاله أو بعده، ففيها النفور الشديد والإعراض والرغبة في الانتقام للكرامة وصولاً للتفكير بالانفصال.
- أمّا المعتبرة أقلّ خطورة لطول العشرة معها من لحظات التعارف الأولى فهي **رائحة الجسد،** سبحان الله بعض الأطعمة أو المشروبات تنعكس آثارها على الأجساد نسبيًّا ولفترات متفاوتة، وهذه المشكلة تُحلُّ بالحسنى والنّصح، ومع العطور والكريمات اليوم يمكن تجاوزها.
- تلي ما سبق، **غازات البطن** وهي أقل شرورًا من غيرها رغم إزعاجها، إلا أنَّ توظيفها للإزعاج أو الإحراج وإن اختلف تعاطي كلّ شريك معها. فنرى البعض خجلًا جدًا ويبتعد معها عن الناس، ومنهم من يحصرها لتكون في الحمام، ونرى بالمقابل من لديه إسهال غازات في مختلف الأماكن حال اليقظة وحال النوم في الصالون أو المطبخ أو غرفة النوم وغير ذلك.

وعموم مشكلات الروائح، رغم صعوبتها، إلا أنَّ حلّها أيسر من مشكلات أخرى بالوعي والتفاهم والعلاج، مع مراعاة الخلفية لكل شريك عن هذه الموضوعات، فالكثيرون قبل الزواج مقاربتهم للموضوع لا تكون بالعمق المناسب الخادم للحياة الزوجية.

أمّا مشاكل اللقاء الزوجي والرومانسية بين الشريكين، فمرَدُّها إلى غياب الثقافة الجنسية. فمثلاً كثير من المجتمعات تربّي أبناءها على أنّ التجمّل والتطيّب فرض على المرأة دون الرجل، وأنّ عادة تجمّل المرأة وتطيّبها قبل الانتقال إلى بيت زوجها تصرّف غير سليم. وقبل كل هذا وذاك لا توجد في الكثير من المجتمعات منهجية للتثقيف الجنسي بدواعي أنّ هذا من الأشياء غير اللائقة، فلا الأبوان يعلّمان أولادهما كثيرًا من التفاصيل الخاصة بالحياة الجنسية أو بيئتها، ولا مناهج التعليم العامِّ تنشر هذه الثقافة بحجة عدم خدش الحياء العام فيُترك أولادنا ذكورًا وإناثًا نهبًا لأصحاب الأفكار المغلوطة وأحيانًا غير السويّة، خصوصًا مع عالم الفضاء الإلكتروني وأدواته "الأفلام والصور والمقالات غير العلمية والفاضحة".

ولا أبالغ إنْ ذكرت، أنّ بعض الشباب ذكورًا وإناثًا (1) يدخلون الحياة الزوجية بأمراض جنسية وجلدية إنْ لم نقل نفسية وجسدية أيضًا، (2) وأحيانًا ينفر البعض من الحياة الزوجية لأوهام تكوَّنت لديه ممّا رأى أو سمع، للأسف.

ب- الفحولة والأنوثة[1]، كثير من الذكور والإناث يبالغ بطلب الجماع، وبخاصة في بداية الحياة الزوجية دون مراعاة طاقة الطرف الآخر ورغبته، حتى كثرت المراجعات عند الصيادلة لطلب أدوية تعين على زيادة الطاقة الجنسية عند الذكور، وبالمقابل المراجعات الأنثوية وطلب النّصح من الأمهات أو الزميلات وصولاً إلى مراجعة الطبيبة أو الطبيب النسائي مع تضرّر بعض الإناث موضعيًّا إن لسبب النزيف أو الجروح والتقرحات وغيرها.

اللحظات الخاصة تبقى خاصة، ولكن مع التنبّه فمشكلاتها عادة لا تظهر سريعًا، ولكنها تتراكم لتصبح درجة ثانية من الفضائح بعد التوافه التي قد ينشرها الزوجان غير السليمين نفسيًّا وحتى عقليًّا عن بعضهما، لتسجيل نقاط على بعضهما أو للفراق النهائيّ بينهما.

ج- قبيح الألفاظ وغريب الأصوات عند اللقاء الزوجي، يدخل الشركان الحياة الزوجية بموروثات جلها غير سليم وغير لائق أو مقبول أخلاقيًّا لظنّهم أنّ هذه هي الحياة الجنسية، فيستغرب الطّرف الآخر ما يسمع ويسعى للتجاوز ظنًّا منه أنَّ هذا قد يكون عاديًّا في هذه اللحظات، والبعض الآخر يبرر الكثير منها ويبالغ بالألفاظ خاصة لمزيد إثارة في الحياة الزوجية.

[1] تلافياً من عبارة الشبق أو بالتلطيف التشبع الأنثوي.

رغم الخصوصية الشديدة، إن لم يتفهَّم الزوجان ويتثقفا بواقع اللقاء الزوجي علميًّا ودينيًّا وأخلاقيًّا، فقد تنحرف الأمور إلى ما لا يَليق أو يُقبل، وبالمقابل لا بدّ من الحذر ووضع الأمور في نصابها كي لا ننتقل لإساءة الظنّ بالطرف الآخر. فكثير من الإناث تكتم صغير الانفعالات وكبيرها عند اللقاء الزوجيّ كي لا يَظُنّ بها زوجها سوءًا، والآخر يظنّ عدم تفاعلها كرهًا له وعدم انسجام معه، فيتّخذ من الظنون ما قد يوصله لقرار الابتعاد بناء على أوهام وافتراضات وتخيّلات. والحلّ أيضًا بحسن الثقافة للطّرفين من مصادرها السليمة.

د- وضعيات اللقاء الزوجيّ وهيئاته، كثير من الشركاء يتوهمون ويظنّون أمورًا على غير حقيقتها، وبخاصة في المجتمعات التي تُغلِق على الأنثى وتفتح المجال للذكر، فنحصد عواقب هذا التفاوت داخل الحياة الزوجية، ويتدرَّج الاستغراب من رفض الكثير مما هو مباح، وبالمقابل إتيان المرفوض أخلاقيًا ودينيًّا لعدم الدراية والمعرفة السليمة.

وتأكيدًا على ضرورة الثقافة الجنسية، يكفي ودون ذكر القصة أن أورد عبارة ذكرتها إحدى النّساء عند سماعها لشرح حديث ديني عن جانب من العلاقة الزوجية أنْ قالت مستغربة "أهذا حلال!!!! يعني ما كان لازم أطلب الطلاق"، وذِكرها للعبارة كان بعد سنوات من طلاقها ورفضها الزواج ثانية. وعلى النقيض من ذلك كثيرًا ما نسمع في برامج الفتوى الدينية أسئلة تتناول وضعيات وتصرفات خلال اللقاء الزوجيّ، فنرى المتصلة تقول: سمعت أنّ الفعل الفلانيَّ حرام أو غير لائق، أو كذا وكذا وزوجي فعل هذا معي فهل أنا طالق؟! وكذا أسئلة الطرف الآخر من الوزن نفسه والاستهجان عينه.

البند الثاني: التوافه في الزيارات العائلية أو الخاصة

كثير من الزيارات العائلية والخاصة محكومة بخلفية الأوضاع داخل بيت الزوجية، فانسجام الشريكين ينعكس استرخاء في الزيارة موضوعًا وحديثًا وتواصلاً ووعودًا قريبة لمزيد لقاءات، وعلى النقيض من ذلك الزيارة التي جاءت بعد أجواء مشحونة ويصعب الاعتذار عنها، يصاحبها التململ قبل الخروج وبخاصة عند الشريك المعدَّة الزيارة لطرفه فيزداد قلقًا من "احتمالية أن يسيء شريكه التصرّف ليسبّب له الإحراج". وهذا الافتراض يرفع منسوب التوتر قبيل لحظات الخروج النهائية من المنزل، إن لناحية التعليق على الملابس لماذا هذا الفستان أو لماذا هذه الثياب؟ أو لماذا هذه المماطلة؟ لماذا لم تُجهِّز أو تُجهِّزي الهدية سلفًا؟ وعشرات الأسئلة والتعليقات، حتى يتعكّر صفو النفوس، ثمّ الصّمت خلال الطريق لحين اللحظات الأخيرة قبل الوصول إلى المكان المقصود، يبدأ الشريك المستهدَف بظنِّه، التحذير وأحيانًا التوعّد والوعيد من الإحراج أو غير ذلك، فتتأزّم النفوس وتتكدّر أكثر فأكثر، ويسهل تخيّل حالة الشريكين في لحظات الاستقبال وعند الدخول وما بعده.

وكثيرًا ما نرى الشكوى هي: أحرجتني عندما زرنا أهلي أو أصحابي، وبالمقابل هو دائمًا يُحرجني عند زيارة أهلي أو زميلاتي، وسلسلة من الاتهامات المتبادَلة، والمراقِبُ لتحليل الموضوع يجد جلّ هذا؛ عرضًا لمرض كامن لا بدّ من تجاوزه. وهنا **القصّة** التي لا يُحسِنُ كلُّ شريك أن يرويها لشريكه، فتذهب النفوس لتأويلات لا تطرأ على بال الشريك الآخر،

فنقفز من مشكلة صغيرة إلى أخرى أكبر منها، وهكذا، حتى تتشوش نفسا الشريكين وعقلهما فينجرف القرار إلى المناطق غير المرغوبة، وبالاستمرار نصل إلى المناطق المحظورة وينهدم البنيان على الشريكين والأسرتين من بعدهما، دون نسيان عظيم آثار هذا على الأطفال إن وجدوا.

البند الثالث: المسجل في تربية الأطفال.
كثيراً ما نسمع الشريكين ينادي شريكه شوف ابنَك أو شوفي ابنِك، وكأنّ أولادهما لم ينجباهما سويًّا، ولكن هذه من العبارات التي يشير الشريك ويغمز لبعض ما يغضبه من شريكه في تربية أولاده، أي هو نداء اتهام، وفي حال المزاج غير الصافي يمكن أن ينسحب هذا النّداء إلى الصراخ وتقاذف الاتهامات، وهنا تبدأ رحلة تشوُّه نفسيةِ الأولادِ وأمزِجَتِهم، وقد يهرب الأبناء من هذا إذا استفحل، إلى أشياء انطوائية أو غير سليمة، تُنتج الأمراض الاجتماعية والبيولوجية والنفسية.

فضلاً عن تفاصيل الأمومة والأبوّة مع **الطفل الأول**، (1) بداية من المفاجأة إلى الاستيقاظ على الكثير مما يجهله الشريكان من الأمور في التعاطي مع الأطفال، (2) يليها رتبة تغيُّر نظام العيش في المنزل مع الوافد الجديد بكاءً وضحكًا صحةً ومرضًا وسهرًا في وقت نوم الأبوين، لتبدأ رحلة "عدم انتظام النّوم وقلّته" وانعكاسها على أعمالهما فتكثر منهما الاعتذارات على الهفوات إلى أن يتوقف كل منهما ليسأل نفسه: **من أنا؟ أنا لم أكن كذلك؟ ماذا حلّ بي؟** وسلسلة أسئلة تبحث عن مسبب لينتهيا إلى أنّ السبب هو الوافد الجديد، ولكونهما لن يعاتبا المولود الصغير يبدأ كلّ شريك بتجيير نتيجة تحليله إلى شريكه تلميحًا وتصريحًا لناحية التقصير أو عدم النهوض بالأمر السليم بداية وغير ذلك، ليتحوّلا بالتعمية إلى سلسلة من الأعراض لمرض غير موجود، وحقيقته أنّهما أرادا الذرية ولم يعملا أو يتحضّرا لها كشريكين، بل واجها الأمر بلا جهوزية تعلمية أو لوجستية، حتى تنحجب عنهما الرؤيا وينتقلا إلى مستوى من الاتهامات غير نافع بل ومضرّ.

أمّا **مع وجود أطفال عدة**، فكما قد يزداد الأمر سوءًا، نجد الكثيرين قد استفادوا وتجهّزوا حتى انصهروا بحالة من المساندة والمؤازرة ترتقي بهم إلى مرتبة الأسرة المتلاحمة المتضافرة السعيدة والنموذجية، فتضحي مصاعبهم مهام جديدة يتشاركان فيها الوقت والمشاعر فيتدرجوا في مراتب الحبّ حتى يصلوا إلى رتبة **"شريكي نصفي الآخر ولا مجال لي دون نصفي الآخر"**.

ثانياً: بالأمور الجلل

مع جليل الأمور وعظيمها تظهر معادن الشركاء، فنرى من يجتمع، ونرى من يفترق، ونرى من ينسحب هاربًا تاركًا الأمر لشريكه، ونرى من يحرص على النجاح أو أقلّه عدم

التراجع أو التخلّي، واستمرار المجتمعات دليل على أنَّ الخير كامن والرغبة في الأحسن متفشِّية وإن بدرجات تتفاوت من مجتمع لآخر ومن حالة لأخرى.

وعموماً رحلة الشريكين لا تستقيم دائمًا كما يأملان، ومن **نماذج** الأمور الجلل نجد شريكًا:
- تلوّن بغير حقيقته حتى تربَّع في بيت الزوجية،
- لم يقدّر طبيعة الحياة الزوجية لتبدأ سلسلة معاناة، يَظلم فيها نفسَه وشريكَه،
- عندما واجه المسؤولية؛ علم من نفسه أنّه أو أنّها أقلّ من أن ينهض أو تنهض بها،
- انصدم بطبعِ شريكه وطبيعة البعيدة عن طبعه وتخيُّله،
- انتكس صحيًّا،
- تعرض/ت للنصب والاحتيال وبخاصة في حالات السفر بعيدًا من الموطن وغيرها العديد،
- ومن أقصاها ولادة الأطفال المعوَّقين أو المرضى بالعيوب والتشوُّهات الخِلقية، ومفاجآت الحياة أكثر من أن تحصى.

هذه النماذج وغيرها كما يمكن أن تهدم بيت الزوجية يمكنها أن تقيمه، وإنْ بتعديلات معينة، وحتى في سلبيِّ الحلول يمكن أن يجد الواعون من الشركاء المخرج بينهما بأقلّ الأضرار.

(2)
تجنب مهددات الحياة الزوجية

علمًا أن تعامل البعض مع مشكلات الحياة الزوجية، يتخذ أحد المسارات التالية[1]:
(1) تفخيم المشكلة
(2) تقزيم المشكلة

[1] فيروز العشي، استشارية أسرية.

(3) تعتيم المشكلة
(4) إنكار المشكلة

(3)
مبادئ إنجاح الزواج عند النفسيين[1]

جاء في كتاب المبادئ السبعة لإنجاح الزواج، لمؤلفه جون أم غوتمان: **"إنّ ما يجعل الحياة الزوجية تنجح شيء بسيط لدرجة مذهلة، فالأزواج السعداء ليسوا أكثر ذكاءً، أو ثراءً، أو نضجًا نفسيًا من غيرهم، بل هم أناس يستخدمون في حياتهم اليومية آلية تطرد أفكار كل منهم تجاه أزواجهم (وهي أفكار لدى كل الأزواج)، ويمنعونها من السيطرة على أفكارهم الإيجابية تجاههم، إنّ حياتهم الزوجية ذكية انفعاليًّا".**

كان مستشارو العلاقات الزوجية فيما مضى يعتمدون على الحكمة التقليدية، والرأي الشخصي، والحدس، والمعتقدات الدينية، وأفكار المعالجين النفسيين لتقديم النصح للأزواج، مما نتج منه أنّ مساعداتهم للأزواج لم تكن ذات كفاءة عالية.

فقدّم "غوتمان" بعد دراسة وملاحظة 650 زوجًا على مدار أكثر من أربعة عشر عامًا، نصائح مبنية على معلومات وبيانات واقعية، وليس تعميمات حسنة النوايا، فبدد عددًا من الأساطير بشأن ما يجعل الحياة الزوجية سعيدة.

1. **الاسطورة الكبرى**: يرتاح الكثيرون عندما يعلمون أنّ كل الأزواج يتشاحنون بمن فيهم الأزواج الأكثر سعادة واستقرارًا، وأنّ ما يعمل على إنجاح الزواج ليس "توافقًا" بل كيفية حلّ الأزواج لمشاحناتهم. ويؤكّد أنّ التواصل بين الزوجين هو أساس الزيجات السعيدة الطويلة. فالاستماع **الهادئ المحبّ** لوجهة نظر الزوج سوف ينجح الزواج. وبدلاً من الصراخ، فإنّ تكرار ما يقوله الزوج، ثم تقويم دقّته، ثم التعبير بهدوء عما تريد سوف يخلق زيادة هائلة في التفاهم.
2. **الخلافات الكبرى في الآراء تدمر الحياة الزوجية:** يعلن "غوتمان" حقيقة بشعة عن الصراع الزوجي عندما يقول: "معظم المجادلات الزوجية لا يمكن حلّها". وأكّدت بحوثه أن نسبة 69% من **الصراعات الزوجية** تتضمّن مشاكل دائمة ولا يمكن حلّها، كأنْ يريد:
   - أحد الزوجين يريد إنجاب أطفال بينما لا يريد الآخر هذا،
   - أو أن يريد أحد الزوجين ممارسة العلاقة الزوجية بصورة أكبر،
   - أو أن يكون أحد الزوجين غزالاً في الحفلات ويكره الآخر هذا منه،
   - أو أن تختلف نظرة الزوجين بشأن تربية الأبناء.

[1] في عام 1986م، أسس "غوتمان" وهو استاذ علم النفس بجامعة واشنطن في سياتل، معمل بحوث الأسرة الذي اشتهر باسم "معمل الحب". وكان مشروعه أول ملاحظة علمية لأزواج حقيقين في حالة تفاعل يومي فعلي.

يقضي الزوجان سنوات طويلة ويبذل كل منهما جهدًا هائلاً لمحاولة **تغيير الزوج الآخر** رغم أنّ خلافاتهما الكبرى بشأن القيم وكيفية رؤية العالم هي أشياء لا تتغير. أمّا **الأزواج السعداء**، فإنّهم يعرفون هذا ويقبل كلّ منهما زوجه **"كما هو"**.

3. **الزيجات السعيدة يتحلّى الزوجان فيها بالانفتاح والصراحة:** الحقيقة أنّ الكثير من الزيجات الناجحة تتضمّن الكثير من المشاكل **"المخفية"**، في كثير من الزيجات، يهرب الزوج لمشاهدة التلفاز إذا حدثت مُشادَّة مع زوجته، وتهرع الزوجة إلى السوق كنوع من العلاج، وبعد ساعتين تكون المُشادَّة قد انتهت ويسعد الزوجان برؤية كلّ منهما الآخر من جديد، يظل الكثير من العلاقات الزوجية ثابتًا قويًا دون التنفيس عن المشاعر **العميقة**.
4. **اختلاف الجنسين مشكلة كبيرة في الحياة الزوجية**: قال: "70% من الأزواج"، إنّ صداقتهم القوية مع أزواجهم كانت العامل الحاسم في سعادتهم، دون الالتفات إلى اختلاف الجنسين أو أيّ شيء آخر.
5. **توقّع وقوع الطلاق**: بعد سنوات كثيرة من البحوث، يزعم "غوتمان" زعمًا مذهلاً بقدرته على توقّع وقوع الطلاق بين الزوجين أو استمرارهما معًا بنسبة دقة 91% بعد أن يلاحظهما لمدة خمس دقائق فقط.

لا يقع الطلاق بين الزوجين نتيجة للمُشادَّات، **بل نتيجة للطريقة التي يتجادل** كلٌّ منهما مع الآخر - كما يقول "غوتمان" الذي استطاع من خلال مشاهدته ساعات لا نهائية من الأفلام المصوَّرة لأزواج يتعاملون مع بعضهم أن يحدّد عدة دلائل على وقوع الطلاق إن آجلاً أو عاجلاً، ومن تلك الدلائل:

- **البدايات القاسية**: المناقشات الزوجية التي تبدأ بالسُّخرية أو التهكّم، أو الازدراء، سماها **"**غوتمان البدايات السيئة**"**، وقال: **ما يبدأ بداية سيّئة، ينتهي نهاية سيّئة**.
- **الانتقاد**: هناك فارق بين الشكوى - التي تشير إلى سلوك محدّد وقع من أحد الزوجين - وانتقاد الزوج صاحب السلوك.
- **الاحتقار**: وهو يتضمّن أيّة صورة من صور السُّخرية، أو النّظر بجانب العين، أو الاستهزاء، أو إطلاق الأسماء القبيحة على الزوج لإشعاره بالضيق، ومن أسوأ صور الاحتقار، التي غالبًا ما تتمثل في السؤال: **وماذا يمكنك أن تفعل؟**.
- **الدفاعية**: وهي محاولة **إشعار** أحد الزوجين لزوجه بأنّه هو المشكلة، وكما لو لم يكن من يستخدم أسلوب الدفاعية قد أسهم في المشكلة بأيّة صورة.
- **التبلّد**: هو **تجاهل** أحد الزوجين ما يحدث لعدم قدرته على قبول الانتقاد، أو الازدراء، أو الدفاعية؛ لأنّ هذا التبلد يقلل من شعوره بالألم. ويقول **"**غوتمان**"** إنّ **الرجال** هم من يتبلدون في 85% من الزيجات. نظرًا لأنّ الرجل أقل تعافيًا من الضغوط من المرأة. فإنّ الاحتمال أن يتمثل ردُّ فعله على الصراع (1) في صورة نِقمة أكبر مصحوبة بمحاولة الانتقام، (2) أو أن يتبنّى توجّه "لا يهمني هذا". أمّا **النّساء**، فإنّهنّ يُجِدْنَ تهدئة أنفسهنّ بعد المواقف الضاغطة، وهو ما يفسّر أيضًا المحاولة شبه الدائمة من النسّاء لإثارة المشاكل في العلاقة الزوجية ومحاولة الرجال تجنّبها.

6. **الغَمَرُ(إمطار)**: الصورة المعتادة **للـغَمَرِ** هي تعرض أحد الزوجين لهجمات لفظية مكثفة من زوجه. إنّنا نحن البشر عندما نتعرّض لهجوم يزيد نبض القلب، وضغط الدم، وإفراز الهرمونات لدينا - بما في ذلك هرمون الأدرينالين - ممّا يجعل أجسامنا تستشعر الهجوم اللفظي كما لوكان هجومًا على الجسم يشكل مسألة حياة أو موت. يقول "غوتمان" إن الاستجابة واحدة "إذا كنّا نواجه حيوانًا مفترسًا، أو زوجة تسأل زوجها بازدراء عن سبب عدم تذكّره وضع غطاء قاعدة المرحاض بعد استعماله". وعندما يزداد الغمر، يرغب كلا الزوجين في تجنب الشعور الناتج عنه، مما ينتج عنه **الانفصال العاطفي** بينهما.
7. **فشل محاولات الإصلاح**: لا يستطيع الأزواج **التعساء** أن يوقفوا المجادلات الحادة بينهما بأنْ يقولَ أحدُهما مثلاً: مهلاً إنّني بحاجة إلى الهدوء، أو بتلطيف حدّة الحديث لمنع تصاعد الصراع. أمّا الأزواج **السعداء**، فيتمتعون بهذه القدرة الحيوية.

وهذه الدلائل بحدّ ذاتها لا تؤدي بالضرورة إلى الطلاق، ولكنّها إذا حدثت على مدار فترة طويلة، فمن المحتمل أن ينتهي الزواج. ويصف "غوتمان" الدفاعية والتبلّد والانتقاد والازدراء بأنّها **معاول الهدم الأربعة**. حيث تؤدّي إلى سيطرة المشاعر السلبية ببطء على المشاعر الإيجابية حتى تصل السعادة الزوجِية لدرجة من الانحدار، فتصبح العلاقة معها مؤلمة للغاية، وعندها **ينفصل الزوجان عاطفيًا**، ويكفّان عن محاولة ايجاد الحلول، ويبدأ كل منهما حياة مستقلة عن الآخر رغم معيشتهما تحت سقف واحد، وعند هذه المرحلة يبدأ أحد الزوجين أو كلاهما في البحث عن الاهتمام والدعم والرعاية في مكان آخر. ويؤكد "غوتمان" أنّ العلاقات غير الشرعية عادة ما تكون **دليلاً** على حياة زوجية محتضِرة وليست **سببًا** لها.

(4)
التعامل وفق صفات الشريك ومواصفاته [1]

إنّ من مفاتيح إنجاح الزواج معرفةَ طبيعته ونهج الشريك، ما يحبّ وما يكره، والتصرّف بناءً للمعطيات والواقع؛ فيه حفظ الحياة الزوجية مستمرة مستقرة، وبتجاوز العيوب والبناء على المزايا، تَهنأ العِشرَةُ بين الشريكين ويصبحان أقدر على مواجهة مستجدات الأمور. وهذه عينة من المواصفات والصفات الأكثر انتشارًا بين الشركاء الأزواج.

صفات يحبها الرجل في المرأة	صفات تحبها المرأة في الرجل
الذكاء/ الجمال	الجاذبيّة
اللطف/ الحنان	الاستقرار
المرح/ المحبة	الثقة
الرومانسية	المساواة
ترك الدراما	الوعي
اتّخاذ قراراتها بأريحية	الوجود العاطفي
الثقة بالنفس	الاهتمام

[1] عينية من الصفات والمواصفات مختارة من ثنايا عشرات المقالات والأبحاث والأحاديث المنشورة على الانترنت، بتصرف.

تفهم العيوب	الأمان
الإبداع/ المغامرة	القبول
الأنوثة	الحَزم

صفات يكرهها الرجل في المرأة	صفات تكرهها المرأة في الرجل
الكسل/ الخمول	الإهمال/ التجاهل
النميمة/ الزن	البرود العاطفي
التمارض	الاستخفاف بمشاعرها
التحكّم/ الاسترجال	البُخُل
سوء الأخلاق	الأنانية
الغرور/ التكبر	الخيانة
الأنانية/ الجهل	المزاج الصعب
التذمر/ التذاكي	عدم الاهتمام بمظهره
الوقاحة/ التهوّر	التحدّث عن خصوصيات العلاقة

أنواع الأزواج	أنواع الزوجات
العصبي	العقلانية/ الحكيمة
البارد/ العنيد	الرومانسية/ القنوعة
الرومانسي	المتكبرة/ المتهورة
المراهق	الغامضة/ الشكاكة
الحنون/ المثالي	الحنونة/ الهادئة
الهمجي	المتواضعة/ المعطاءة
النكدي	العصبية/ الثرثارة
الغامض	الاقتصادية/ المخطِّطة
الأناني	العنيدة/ الكتومة
الشكاك	الباردة/ المهملة
المتفاصح	المزاجيّة/ المنفجرة

تعشق المرأة في الرجل	يعشق الرجل في المرأة
إصراره عليها	دعمها له
صدقه معها	مشاركته المسؤولية
اهتمامه بها	ابتعادها عن المزاجية
غيرته	اهتمامها بالأطفال
رجولته	المعاصرة
دفء التعبير	جميل التخاطب

الفصل التاسع
الحبّ، الاهتمام، الاحترام، التقدير

المشاعر الإنسانية تتدرج وترتقي، وهي أنماط وأنواع تتجمَّل وتسمو بفعال الحريصِ عليها وخصاله وعلى مشاركتها، وسنركِّز على المشاركة منها هنا. وهذا الفصل قد يراه البعض دخيلًا على مادة الكتاب إلا أنّي أردته وأوردته فيما يخدم عنوان الكتاب بغرض الارتقاء بالقرار لحسن إدارة الزواج، ففي الإدارة معادلات التقدير والتخمين، وآليات اهتمام كل مسؤول بموجِبات وظيفته، كما يسود الاحترام في التعامل الداخلي ومع الآخرين ومنهم المنافسون، كما أنّ من فنون الإدارة منطقة وزاوية معينة، لها عدة أسماء ومن أشهر تسمياتها "الإدارة بالحبّ"، وهي زاوية مشتركَة مع علوم النفس، وإنْ بعناوينَ أخرى.

(1)
الحبّ

الحبّ لفظ؛ كان يُطلق على جميل المشاعر الداخلية والمشتركَة وحتى مع البيئة الخارجية، وكان عنوانًا لكلّ لطافة وأناقة ورفعة في التعامل والتعاطي والتناول، وأضحى اليوم عند الكثيرين عنوانًا لظواهرَ شكليةٍ عابرة لها قالب أو قوالب شَبَه فُرضت علينا، وآخرها تسمية الفعل المحرَّم خارج العلاقة الشرعية بـ "ممارسة الحبّ". وبكلام آخر، تعمّدت الثقافة المستحدَثة ضَرْبَ المشاعر الإنسانية التي نَمَت وشبّت على أنّ الحبّ كلُّ جمال عشناه وعايشناه وسنعايشه، إلى فعل آنيٍّ وعابر مهمّته قضاء شهوة، أو إطفاء فورة مشاعر بثوانٍ ودقائقَ معدودة، ثم بداية جديدة مُنبتَّة الصلة بسابقتها أو سوابقها.

ورغم ذلك؛ نقول: إنّ الحبّ شعور سامٍ ينمو ويترسّخ ويتجذّر كشامخات الأشجار التي لا تقتلعها عاتيات الرياح، به تسمو الإنسانية وترتقي عن فِعال الحيوان، والمحبّ يرتقي ليصبح طبيبًا للمتألّم ومجمِّلًا للمشوَّه، وراوٍ للعطش، ويكاد يكون المكمّل لكلّ نقص.

وبالعودة لأبنائنا وبناتنا، ممّن يعرفون العنوان ويصرفونه بطيب نفس لمشاعر معينة تنبئ بتغيُّر الشخص وتحوُّله من مرحلة إلى أخرى. وهذا التوظيف بخبراتهم القليلة أصبح عنوانًا لِلَوْنٍ من المشاعر بشروط معينة ما إنْ يختلّ قليلها أو كثيرها، حتّى يقفز للمشاعر المقابلة الكرهُ والحقدُ والانتقامُ وغيرُها من السلبيات التي لا تَلِيق. فهل أبناؤنا معذرون بالانتقال من النقيض إلى النقيض؟

بتحسين الظنّ وأخذًا بالظاهر، نعم معذورون فهم لم يتدرجوا أو يتدرّبوا أو يرتقوا سلّم الحبّ الفطري الطبيعي، وجُلُّ معلوماتهم من مشارب المعرفة المستحدَثة، من مدرسة أو تواصل اجتماعي أو صحبه سطحية تفتقد العمق والخبرة في طيب المشاعر، بعد أن فقدت العائلة الكثير من دورها وتأثيرها في تكوين وِجدان الأبناء، فقد قيل: من نبت على الحبّ، أزهر حبًّا.

هذا التمهيد هو ما سيقودنا للإشارة إلى تعثر العلاقات الإنسانية عمومًا والزوجية خصوصًا وفي فترات قصيرة جدًا وصولاً للانفصال. نتعثر علاقاتنا الخاصة وتتضرر لعدم إتقاننا الحبّ، وحصره بذاك الشعور المشروط.

فشرط النجاح بالحبّ، أن ننظر له ونتعايش معه على أنّه المساير لكريات الدم الحمراء والبيضاء، ولكل منهما وظائفه في عموم الجسد. فمن سرى الحبُّ عنده مسرى الدم في الجسد، ارتفعت مناعته، وارتقت قراراته، وأحسن اختيار شريكه، وأنبت ذريته المنبت الطيب، وبهذه الرؤية يخرج الحبّ من مظهر المشاعر التي نلبسها بظروفها ونخلعها مع أول تغيُّر أو تغيير، إنْ بالشروط أو بالتعامل.

فالحبّ السليم، يَعرف كيف يعالج الخطأ من غيرِ أن يقتل المخطئ، كما تتضافر كريات الدم وتتخثر لإغلاق أي جرح يَحدث في الجسد حفاظًا على صاحبه وحياته.

(2)
الاهتمام

تختلط المشاعر وتتداخل، وقد نرتبك في الفصل بينها، أو لا تتّضح لنا خصائص كلٍّ منها، فتُنزل إحداها مكان الأخرى، غير أنّ عمق التجربة كفيل بفرزها بدقة.

فالأزواج إنْ سألوا بعد خبرة حياتهم إنْ كان لا بدّ من المفاضلة بين الحبّ والاهتمام، **أيّهما تختار؟** ستجد الكثيرين ينتقون الاهتمام، كونه الأبقى والأقل مزاجية، ومعه ممكن استعادة الحبّ، وحتى بدونه تستمر الحياة، وهنا نجد تغليب العقلانية ومنهجية المصالح، المعاونة والمساندة لديمومة الأسرة بأقلِّ الأضرار الفعلية والمعنوية، وكلّما رجحت عقلانية التفكير والمشاعر، كلما تراكمت نجاحات الأسرة وامتدَّت من الزوجين للأولاد وتاليًا للأحفاد.

فهل معنى هذا، أننا لا نريد الحبّ أو نرفضه؟
الجواب: قطعًا لا، وقد قيل: **إنْ أردت الحبّ، فتعلّم الاهتمام.**

ولكن بالتدقيق وعمق النّظر وسداد البصيرة، سنجد أنّ الاهتمام هو الوعاء الأوسع الحاضن لوعاء الحبّ، إنْ حصل.

وبنظرة خارجَ الزواج للتوضيح: إنْ اهتممْتُ بالطفولة عمومًا، قد أجد نفسي أُحبّ أطفالًا معينين بذواتهم؛ أيتامًا، ذوي احتياجات خاصة، أو غيرهم، وغير المهتم يصعب عليه تحقيق الحبّ الخاصِّ أو المخصص، ويقاس على هذا الاهتمام بالحيوان أو البيئة أو غيرها.

(3)

الاحترام

"الاحترام مِفتاح القلوب، ويكاد يكون مكتوبًا على جبين كل إنسان احترمني"

احترام الذات والآخرين، مستوى راقٍ من مشاركة المشاعر، وهو غير قاصر على من تتّفق معهم أو تختلف معهم، بل يمتدّ لَيشمل المخلوقات الأخرى، والبيئة الحافظة لي ولهم المشهورة باحترام القانون، الوضعيِّ أو الإلهيّ. كما يتجاوز الاعتراف بذواتهم إلى الإقرار بحقوقهم، أكانوا موجودين أم غائبين، ويُعتبر ذلك من مراتب سموّ النّفس.

هذا النوع من الشعور يرتقي بممارسة المشاعر حتى يُورثَ أصحابَها السلامَ والهدوءَ النفسيّ، مع القدرة على تقبّل المتغيِّرات الإيجابية والسلبية والنظر إلى ما بعدها، والتماس العذر للمسيء.
فالمعلم الواعي المدرك للطبيعة الإنسانية والمقرّ أنّ الطفل أو الطالب إنْ لم يخطأ لن يتعلم، نجده عندما يرتكب الطالب مخالفة مسلكية أو إجرائية، يتفهّم الوضع ويلتمس العذر له ويستوعبه بأسلوب لطيف ويعتمد مدخلًا تعليميًّا يثقف فيه الطالبَ بالصواب، فتنمو شخصية المتعلِّم ونفسيته على المُسامحة والمَغفرة، مع الاعتراف بالجميل لمن تغافل عن زلّته. وهو ما يسمَّى النفسية السويَّة، وهي المفتَقَدَة اجتماعيًّا بشدّة في الأزمنة المتأخِّرة.

أمّا في الزواج، بغضِّ النظر عن الطريقة التي دخل فيه الشريكان ، إنْ ساد بينهما الاحترام تجاوزا الكثير من العقبات وسارا بيُسْرٍ في حياتهما، وأبعد من ذلك حتى لو اختارا الافتراق. فنجدهما يعترفان بالفضل لبعضهما لباقي الأيام، ولا يَعرف مقدار هذا الرقي إلا الأبناء الذين شبُّوا بلا اضطرابات وصراعات بين البيتين أو العائلتين، ووجدوا في أبويهما الخِبرة العمليَّة على الاعتراف بحقّ الآخر واحترامه والتعايش معه رغم الخلاف.

وعليه؛ سنجد الاحترام يستوعب تلقائيًّا الاهتمام الذي بدوره يحتوي الحبّ (وُجد أو فُقد).

(4)
التقدير

"عادة الكثير من الناس نسبة الفضل إلى نفسها وضده لغيرها"

التقدير هو الإيمان بالذات والاحترام الإيجابي للآخرين والاعتراف بالفضل لهم ومقابلة الطَّيِّبِ بالأحسن، فضلاً عن كثير من المشاعر الطيِّبة والمكمِّلة للصورة الأرقى للإنسان.

ومن ارتقى لمقام التقدير، إنسان وظّفَ أفراحه وآلامه بطريقة إيجابية، وتَرفَّعَ عن سفاسف الأمور وصغائرِها، فتصالح نفسيًّا مع شخصه ومع خصومه، وتعاملَ بانفتاح وإقبال، يتحرَّج معه الآخر صاحب أدنى العقل، فلا يجد بدًّا من المبادرة بالطَّيِّبِ أو أقلّه وقف

الإساءة. وهذا من أسمى ما تطمح له النفس إنْ في الأموال أو الأعمال أو الصُّحبة أو الزواج.

فمن يسأل قدامى المتزوجين وبخاصة ممن عاشوا العمر الطويل سويًّا، لا تراه يبادر بلفظة الحبّ، بل ترى الشريك يعترف بفضل شريكه وصبره معه خلال حياتهما، ويُردِف قائلاً مَنْ لا يعترف بالفضل ليس مِن أهل الفضل، ثم يسرد ما **قدَّرَه** من شريكه بتفاصيل قد يَظنُّ السامع للوهلة الأولى وغيرُ العالم بأوقاتِ هذه الأحداث وظروفها، أنّها أمور غير كبيرة وممكنة، ومع أول ملمح يراه الحاكي على وجه السامع يتوقف ليقول: أنت لا تتخيَّل كيف كانت أوضاعنا وكيف كنا وكيف، وكيف، وكيف.

وللمناكفة ترى بعض السامعين يقول للشريك الراوي: إنّي أراكم أحيانًا تختلفون ويعلو صراخكم، فيهزُّ الشريك رأسه قبل الإجابة؛ هذا لا يُنافي أو يُناقض هذا بل يؤكِّدُه، فطول العِشرَةِ والتقدير والاحترام والاهتمام وحتى الحبّ، لن يُحوِّلا شخصين إلى شخصٍ واحد، بل يصبحان متفقين متوافقين أو أي مُسمّىً راقٍ آخر يَصِفُ الاستقرارَ والاستمرارَ سوِيًّا، ليس هذا فقط، بل ولا يستغنيان عن بعضهما.

فالتقدير أضحى الشعور الأوسع لمؤسّسة الزواج الناجحة، كونه هضم الاحترام والاهتمام واحتوى الحبّ.

الفصل العاشر
إنـهاء الزواج أو انتـهاؤه

ينتهي عقد الزواج أو شراكة الزواج عادة، إمّا (جبراً) بموت أحد الزوجين على الأقل أو (اختياريًّا) بانفصالهما بقرارهما أو قرار أحدهما، فالأول هو **الانتهاء** والثاني يعتبر **إنـهاءً** للعقد.

و**الإنـهاء** هي الحالة التي يمكننا التدخل لمنعها أو تأخيرها قبل وقوعها، ومِن رحمة الله بنا، أنْ جعل **الزواج بكلمة والطلاق بثلاث**، أي يُمكننا إعادة وصل ما انقطع إذا ما توافقت إرادة الشريكين، حتى استنقاد فرصهما الثلاث.

اِنتهاء الشراكة في مؤسّسات الأعمال وارد، بالاختيار أو الإجبار القانوني، أم إعادة الشراكة عمليًّا في الأسواق فممكنة ولكن بصور مختلفة وبعيدة عن الأصلية التي كانت قائمة لاعتبارات كثيرة مالية وإدارية وقانونية واختصاص وغيرها. أمّا في الشراكة الزوجية، فالفُرص أعلى لعامل المشاعر والحرص على الذات والأولاد والمستقبل.

والافتراق طبيعي، غير أنّه **مكلّف** في الإدارة والأعمال، وهو **أكثر كلفة** في حياة الإنسان، ففضلاً عن ماديات الكُلف نجد الآلام النفسية والمشاعر المختلطة للشريكين وللأبناء إنْ وُجدوا، وهو أمر جلل.

والسؤال: هل يمكن تلافي الانفصال؟
الجواب: قطعًا ممكن بشروط وضوابط.

هذه المِساحة هي محطّ اهتمامنا، وهدفنا الذي نتمنّى تحقيقه بأقلِّ الأضرار إنْ كان لابدّ من ضرر. فبلوغ أحد الشريكين مرحلةَ طلبِ الانفصال، معناه اعتراف بوجود مشكلة لم يتّفقا على حلّها، أو ضرر يصعب الاستمرار معه، وممكن مزاجية معينة أو لحظة نفسية معينة. الأنماط الثلاثة من طلب الانفصال ممكن معالجتها للراغبين في ذلك، وهنا تبدأ فنون الإدارة وعلومها بالخدمة وتقديم البدائل.

فعلم إدارة الأزمات، يوفِّر بدائلَ التعامل مع المشكلة أو فرصَ حلها بمروحة واسعة من الحلول الممكنة.

الإطار العامُّ لحل الأزمات:

1. الاستماع لطرَفَيِ المشكلة. 2. القياس: ماذا؟ ومتى؟ وكيف حصلت الأزمة. 3. مشاورة الطّرفين باحترام ومنطق. 4. إشراكهما في بدائلِ المعالجة.	

يستخدم الأطباء عبارة جميلة: **"تشخيص المشكلة نصف العلاج"**، أي من دون أن نحدّد طبيعة المشكلة بين الطّرفين لا مجال لعلاج سليم.

1. **الاستماع لطرَفَيِ المشكلة:** تكمن مهارة المستمع أو المعالج بأنْ يُهيِّئ الظروف المناسبة نفسيًّا ومكانيًّا لكلّ طرف للحديث، ثم يبدأ بالاستماع له بعد أن يكون رسم ضوابط السّرد للمشكلة، منها: (1) تجنّب الانفعال (2) ترك الألفاظ غير اللائقة (3) ترك النّبش بالماضي للتراكم والاستعراض فقط (4) التركيز على النقطة الجوهرية، ثمّ ما أحاط بها. وينصح بالاستماع المنفرد حال التوتر الشديد أو احتمالية الإضرار بالمسعى ككل.
2. **القياس للمشكلة:** المعالج يوجّه السّرد بخطوات لماذا؟ ومتى؟ وكيف؟ وبلباقته يمكن أن يُحوِّل الحديث إلى مراحل واضحة ذهنيًّا عند كلّ متكلم، فيخفف عنه الكثير من الآلام والتشويش في عرض المشكلة، وقد تتّضح الرؤية للشريك المتكلِّم خلال العرض والتتالي، فيبدأ بإعادة تكييف الموضوع، ممّا قد يخدم في محاصرة المشكلة وتضييق فجوتها بينهما. **وبعد الاستماع** إلى الضوابط السابقة تتكوّن لدى المعالج خريطة الخلاف ومساره ونقاط التشابك والتداخل، ويضع عدة تصورات للحلّ بينها، تصوّرٌ أساسي يَعتمد حلحلة متداخل الموضوعات الملتبِسة على الشريكين أو على أحدهما بشكل أكبر، ثم يُركِّزُ على الإيجابيات بينهما لتجاوز الباقي.
3. **مشاورة الطّرفين باحترام ومنطق:** بعد أن يتكوّن في ذهن المعالج إطار المشكلة وخطوطها الرئيسية والهامشية والمتداخلة، يجتمع بالطّرفين ويتشاور معهما ويسعى إلى جذبهما لمنطقة الإيجابية، كأنْ يمتدح تلافيهما للكثير مما يراه من الآخرين، ولهذا تأثير السّحر على الطّرفين ويُنبت الأمل في نفوسهما أو أقلّه يصبحان أكثر استعدادًا وتقبّلاً لمزيد استماع. وبمجرَّد أن تُلقى الأذن للاستماع، ثم الإنصات، وهي المرحلة التالية التي تُبشِّر بشيء من قَبول الحلول الآتية، فهناك فرق بين: **"من يستمع ليفهم ومن يستمع ليردّ فقط"**، ثم يبدأ بوضع إطار تمهيدي للحلّ يدعمه ويكمله بمشاورتهما.

بدايةً، يؤكّد لهما أنّ حالتهما ليس ميؤوسًا منها، وهي دفعة إيجابية ثانية تُرخي بمزيد راحة على الأجواء، ثم يَدخلُ من نقاط لا يجادل عليها الطّرفان كثيرًا ليكسب نقطة

إيجابية على المسار المرجوّ. فالحلّ كالسّيل، وقد قيل **"وما الحلّ إلا اجتمعُ النُقط"**، ونفسيًّا يُنصَح بتراكم صغيرِ المُكتسبات لرفع المناعة وزيادة الإرادة في التعاون وصولاً للإنجاز الكبير والنهائي.

4. **إشراكهما في بدائل المعالجة:** المعالج الذكيّ يسجّل المكتَسَبات بالتتالي والتدرّج، مرّة للطّرف الأول، ومرّة للثاني، حتى يبدأ يلحظ بالتشاور معهما منطقية في بدائل الحل، ثمّ يقتحم النقاط الخلافية من الأصغر للأكبر، ولا يوقفُه عن مسعاة إلا عودة التوتر للشريكين وبَدء الشحن من جديد بالتوترات، فيستعيد زمام المبادرة ليتوقّفا عن الكلام فالانفعال فالتوتر، وقد يجد من المناسب أن يلتقيهما في جلسة أخرى حفاظًا على التوتر الأقلّ أو السّلام أو الهدوء المكتَسَب مؤخرًا بينهما.

وتتتالى اللقاءات حتّى يصل باختيارهما إلى إطار حلّ يستدرجه على لسانيهما ليوحي إليهما أنّهما من صناع الحلّ، والأذكى أنْ يُشعِرهما بأنهما يسّرا عليه اللجوء إلى خيارات أكثر كلفة بينهما فيقترحها لمزيد تشجيع لهما.

وما إن يبلغ مرحلة الصّلح بينهما، يفاجئهما بطلب يستهله؛ ولكن**!**، عبارة هدفها الصّدمة الناعمة لهما، وعادة ما تكون ردة فعلهما التجمّد الجسدي للحظة ثم تسوية جلستهما سويًّا ممسكَين بأيدي بعضهما أم لا، ثم يتنهّد المعالج ويُصلح من جلسته إلى بعض الرسمية لمزيد وقع في نفسيهما، واستدراجهما لمزيد تقبّل:

ويبدأ: **"**ها وقد تمّ الأمر بأيديكما، وعادت المياه إلى مجاريها، فما الضّامن لعدم عودة الأمور لما كنّا عليه ثانية؟**"** فسينظران لبعضهما ويعيدا إصلاح جلستهما ويدعوان بعضهما بالعيون، من سيبدأ الإجابة: وعند صمتهما يتدخّل ثانية بالقول: **كيف سنتجنب الأمر ثانية؟** هذا الإصرار والتأكيد منه على هذه النقطة تفتح عند الإنسان مناطق من العقل الباطن إلى العقل الظاهر للحلّ أو تقبّل الحلّ المقترح. وعند صمتهما الجديد، يبدأ بعرض وصفته، وعمومًا سيلاحظ خلال الحديث إيماءة بالرأس من الطّرفين معلنة التقبّل والموافقة المتتالية على المعروض.

وعادةً، خطة المعالج تنصح بالتدرّج بالخلاف بينهما والتوقف عند محطات معينة، كأنْ يُذكّر بعضهما البعض حال الخلاف بالتوقّف عند ارتفاع الصوت أو استخدام كلمات غير لائقة، وغيرها ويرسم لهما خارطة طريق تجنّبهما الكثير، ولكنّها لن تمنع الخلاف بينهما نهائيًّا، فالمشاجرات وأشباهها ليست هي المشكلة بل الطريقة التي نتشاجر بها.

ختامًا؛ أتمنّى السّداد والنجاح للأزواج جميعًا، وإنْ حصل بين الحين والآخر ما لا يرغبان به فليتقبّلا وليبادرا لصالحهما ومصلحتهما، وأنصح الجميع بالتغافل والتغافر والتراحم مع الشريك، ولندخل في قول: **اِرحَم تُرحَم**.